MANGAYAR MALAR

பிப்ரவரி '95 ரூ. 7/-

மங்கையர் மலர்



ஆண்டுமலர்

சில பிரச்னைகள்; சில வார்த்தைகள்

போராடும் குணம் வேண்டும்!

மஞ்சுளா ரமேஷ்

பெண்களில் பல வகைப்பட்டவர்கள் இருக்கிறார்கள்!

சின்னத் தலைவலி —

தலையில் துண்டை இறுக்கிக் கட்டிக் கொண்டு நெற்றியில் இருக்கும் வலி நிவாரணி தைலங்களையெல்லாம் தேய்த்துக் கொண்டு 'அம்மா, அம்மா' என்று அவர்கள் முனகுவதைப் பார்த்தால் நமக்குத் தொண்டை அடைக்கும். கால் உடைந்து ஆஸ்பத்திரியில் படுத்துக் கிடக்கும் பெண்ணைத் திகிலோடு பார்க்கப் போனால் -

"ஒண்ணுமில்லே, உங்களுக்கு நியூஸ் தெரியாதில்லே. ஃபிராக்சர் ஆகி ரெண்டு மாசமாச்சு. எதுவும் பண்ண முடியலே. காலை 'ஆம்புடேட்' பண்ணணுமாம்.." என்று சொன்னவர்கள் உண்டு.

எல்லாமே அவரவர் அனுபவங்களை எடுத்துக் கொள்ளும் கோணத்தில்தான் இருக்கிறது.

நமக்கெல்லாம் துன்பங்கள் இல்லையா?

ஒவ்வொரு பெண்ணின் கதையையும் கேட்டுப் பாருங்கள். சீதையை விட அதிகம் பட்டிருப்பார்கள்.

இருக்கு. வாள் போட்டு நெஞ்சை அறுப்பது போலத் துன்பங்கள் வரத்தான் செய்கின்றன. சாதாரண பெண்ணாக இருந்து விட்டால் கூட ஓரளவு தப்பித்துக் கொண்டு விடலாம்.

கொஞ்சம் புத்திசாலியாக, வேலைக்கோ, சொந்த பிஸினஸோ செய்பவளாக, கொஞ்சம் 'பளிச்'சென்று இருப்பவளாக, வாழ்க்கையில், சாதனைகளைப் புரிபவளாக இருந்து விட்டால்—

போச்சு!

'சொந்தக் காரர்கள்— 'சொந்த' ரத்தங்களே என்னமாக வானை வீசுகிறார்கள். பெண்மையின் உயர்வு, சாதனைகளை ஏன் இந்தக் குடும்பங்கள் ஏற்றுக் கொள்வதில்லை என புரிய மாட்டேன் என்கிறது.

பத்திரிகைகளிலும், டீ.வி.யிலும் சாதனை படைக்கும் பெண்களைப் பார்த்து அது ஐஸ்வர்யா ராய் ஆகட்டும் கிரண்பேடி ஆகட்டும் உற்சாகமாய் கைதட்டுகிறார்கள். ஆனால் நம் வீட்டில் நம் அளவில் சாதனை புரியத் துடிக்கும் பெண்ணின் உற்சாகத்தின் வேரில் கொதிக்க கொதிக்க வெந்நீரைத் தானே ஊற்றுகிறார்கள்!

எனவே—

மனோவேதனை என்பது இல்லாமல் இல்லை.

அதுவும் இன்றைய பெண்களுக்கு நிறையவே உண்டு. அதை நாம் எப்படி எடுத்துக் கொள்கிறோம் என்பதில்தான் நம்முடைய மேலும் தொடரப் போகும் வாழ்க்கை இருக்கிறது.

பேப்பரில் படிக்கிறோம்—

'வறுமை தாங்காமல் குழந்தைகளுடன் தாய் தற்கொலை', 'வரதட்சணைக் கொடுமையால் பெண் சாவு', 'பெண் கற்பழிப்பு'

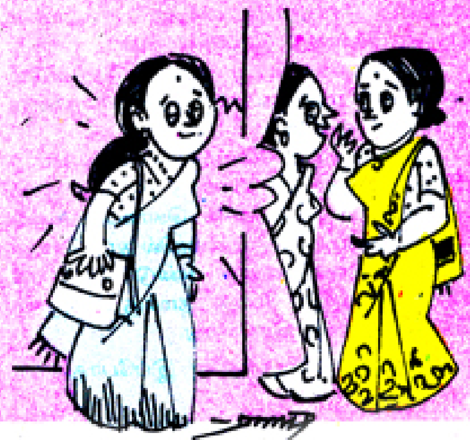
இப்படி நிறைய கொட்டை கொட்டையாகப் போடுகிறார்கள். முந்தைய காலம் மாதிரி இல்லை இப்போது.

பெண்களுக்குப் படிக்கின்ற வாய்ப்பும், வெளியே செல்லும் வாய்ப்பும் நிறைய வந்திருக்கு.

அதே அளவு அவளுடைய வாழ்க்கைக்கான 'ரிஸ்க்'கும் வந்திருக்கிறது.

உடம்புரீதியாக எவ்வளவு தொந்தரவுகளை ஏற்க வேண்டியது இருக்கிறதோ அதே அளவிற்கு மனோரீதியாகவும் கஷ்டங்களை ஏற்க வேண்டித்தான் இருக்கிறது.

'இத்தனை தெரிந்து வைத்திருக்கும் நீங்க! சின்னத் தலைவலின்னு தலையில் துண்டைக் கட்டிக்கிட்டு படுத்துடறோம்'னு அலட்சியமாக சொல்றீங்களே, என்பீர்கள்!



துன்பமெல்லாம் எல்லோருக்கும் இருப்பதுதான். ஆனால் அதனால் நாம் ஒடிந்து போய் விடக் கூடாது என்பதற்காகச் சொல்கிறேன்.

நாம் எத்தனையோ பெண்களை அண்ணாந்து பார்க்கிறோம்–

"ஆஹா, போலீஸ் துறையிலே இவருக்கு எவ்வளவு புகழ்!"

"இந்த நடிகையா, என்னமா டிரெஸ் பண்றாங்க. ஒரு படத்துக்கு நாலு லட்சம் வாங்கறாங்களாமே. ம்ஹூம், அவங்க நினைச்ச நகை வாங்கலாம். இஷ்டப்பட்ட புடைவை எடுக்கலாம்!"

"இவங்க பெரிய எழுத்தாளர். வீட்ல எல்லாரும் தாங்கறதாலேதான் குழந்தை குட்டின்னு நம்பளை மாதிரி பிடுங்கல் இல்லாம எழுதறாங்க. நானும் ஒரு ஜென்மம்னு இருக்கேனே. இந்த 'ஜன்மங்களை' வச்சுக்கிட்டு..."

"அதென்னவோ என்னோட ராசி நான் போனாவே எதுவும் மாட்டேங்கிறது. கல்யாண பந்தியிலே பக்கத்து இலையோட பாயசம் ஆயிடும். திரும்ப எடுத்துட்டு வர்றப்போ அடுத்த இலையிலேர்ந்து பரிமாறு வாங்க. நான் எதுக்கும் லாயக்கில்லாதவள்!"

சாதனை படைத்து இன்று மின்னிக் கொண்டிருக்கும் பெண்மணிகளுக்கு எல்லாம் வெற்றிகள் அவ்வளவு சுலபமாகக் கிடைத்திருக்கும் என்று நினைக்கிறீர்களா? பகல், இரவு என பாராமல் யந்திரம் போல நடித்து விட்டு வீட்டுக்கு வந்தால் பசிக்கு ஒரு வாய்சோறு கூட இல்லாமல் படுத்துக் கொள்ள வேண்டிய நிலை பல நடிகைகளுக்கு ஏற்படுவதுண்டு.

வெளியே வெற்றிகரமான தொழிலதிபர், டாக்டர்கள், வீட்டிற்குள்ளே புழுவைப்போல உறவினர்களின் நச்சுப் பேச்சுக்களைக் கேட்டுக் கொண்டு துடிக்க வேண்டிய நிலையில் இருப்பதுண்டு. இப்போது சொல்லுங்கள், சாதனை படைத்த பெண்மணிகள் எல்லாம் ரோஜாப்பூ விரித்த பாதையிலா நடந்து கொண்டு இருக்கிறார்கள்?

தலைவலிக்காக முனகிப் படுத்துவிடும் நோஞ்சான் மனம் நமக்கு வேண்டாம் என்றுதான் சொல்கிறேன்.

மனதில் உறுதி வேண்டும் என்பது மட்டுமில்லை, வஜ்ஜிரம் பாய்ந்த மனதை நாம் அனைவரும் உருவாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். ஏனென்றால், வாழ்க்கையில் நாம் செய்து வரும் சாதனைகளைக் கண்டு கேலியாக உதடு பிதுக்கும் போது நமக்கு நெஞ்சம் கொதிக்கத்தான் செய்கிறது.

ஆனால் சகோதரிகளே இப்போதுதான் நாம் மனம் தளர்ந்துவிடக் கூடாது.

நமக்குப் போராடும் குணம் வேண்டும். போராடுவது மனிதர்களை எதிர்த்து அல்ல, நம்முடைய பலவீனங்களை எதிர்த்து என்று வைத்துக் கொண்டோமானால் எந்தச் சூழ்நிலையிலும் நாம் மனம் தளர்ந்து விடமாட்டோம்.

'ஐயோ எனக்கு இந்தச் சோதனையா?' என்று துவளுகிறோம். எல்.கே.ஜி.படிக்கும் குழந்தைக்கு அதற்கேற்ற கேள்விகள் பரீட்சைக்கு வரும். எம்.ஏ. படிப்பவருக்கு அவருக்கு எழுதக் கூடிய அளவுக்குத்தான் கேள்விகள் வரும். எம்.ஏ.படிப்பவர் 'ஐயோ இவ்வளவு கடினமான கேள்வியா?' எனப் புலம்பி என்ன பயன்?

இன்னொன்று– எந்தத் துன்பமுமே நம்மைப் பண்படுத்த, ஏதோ ஒரு நல்லதற்காக வருகிறது என்று எடுத்துக் கொள்வதுதான் சரி. இது உண்மையும் கூட. பெரும் சாதனையாளர்களைப் பார்த்தீர்களானால், அவர்கள் வாழ்க்கையில் நடந்த ஒரு துன்பம் அல்லது அவமானம்தான் அவர்களை இத்தனை பெரியவர்களாகி இருக்கும்.

அதே போல ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் மிக அதிகம் போராடி, போராடி படியேறுபவன் மேலே போகும்போது அங்கே அவனால் ஸ்திரமாக நிற்க முடியும். ஏனென்றால் அவன்தான் கீழிருந்து ஒவ்வொரு கஷ்டத்தையும் பார்த்துக் கொண்டு வருகிறானே!

எனவே இன்று நமக்கு வரும் கஷ்டம், நாளை நமக்கு வரப்போகும் ஒரு உயர்விற்குப் பண்படுத்தவே என இன்று வீசும் புயலுக்கு விழுந்து விடாமல் நின்று பாருங்கள். நாளை நிச்சயம் உயர்வீர்கள்.

இன்றைய நடுத்தர வயது இல்லத்தரசிகளாகட்டும், கல்லூரியில் படிக்கும் இளம் பெண்களாகட்டும், பாவம் நிறைய பிரச்னைகளால், வசைகளால் துவண்டு போய் விடுகிறார்கள்.

'சே, நம்மால் எல்லாம் முன்னேறவே முடியாது' எனும் விரக்திக்கு ஆளாகிவிடுகிறார்கள்.

அப்படி ஒரு எண்ணம் கண்டிப்பாகக் கூடாது சகோதரிகளே. மனதை உறுதியாக வைத்துக் கொள்ளுங்கள். எதற்கும் சலனப்பட்டு விடாதீர்கள்.

பலவீனத்தை எதிர்த்துப் போராடும் குணத்தை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

வாழ்க்கை–

மடிந்து புல்லாக விழுந்து விட அல்ல.

சாதனை படைத்து ஆல்போல, வேல் போல தழைத்துச் செழிக்கவே இது -

கண்டிப்பாக நம்மால் முடியும்.

பாட்ஷா பாராட்டுகிறார்!...



விவேகானந்தா கல்வி நிலையத்தின் நான்கு லட்சமாவது மாணவிக்கு அஞ்சல் வழி ஆங்கிலப் பயிற்சிப்பாடங்களை வழங்குகிறார் சூப்பர்ஸ்டார் அருகில் கல்வி நிலைய முதல்வர் திரு. வி.ராஜகோபாலன்.

நல்லதைச் செய்ய
நல்ல குணம் வேண்டும்
நல்லதைப் பாராட்ட
நல்ல மனம் வேண்டும்.

இவ்விரண்டுமே கொண்ட திரு.ரஜினிகாந்த் அவர்கள் விவேகானந்தா கல்வி நிலையத்தின் சீரிய பணியைப் பாராட்டி அதன் நான்கு லட்சமாவது மாணவிக்கு கல்வி நிலையப் பயிற்சிப் பாடங்களை வழங்கி கௌரவித்ததை பெருமையாகக் கருதுகிறோம்.

இன்னும் பல லட்சம் மாணவர்களுக்கு ஆங்கில மொழியை எளிய முறையில் கற்பிக்கும் புனிதப் பணியில் மேலும் அதிக ஈடுபாடுடனும் துடிப்புடனும் செயல்பட உறுதி கொண்டுள்ளோம்.

இலட்சங்கள் கூடுகின்றன....
இலட்சியங்கள் தொடர்கின்றன..



விவேகானந்தா கல்வி நிலையம்

9, நடேசன் தெரு, தி.நகர், சென்னை-600 017.

மங்கையர் மலர் – Raaga

இணைந்து வழங்கும்

கடலூரில் மகளிர் விழா

அன்புள்ள கடலூர், சிதம்பரம், நெய்வேலி, பாண்டிச்சேரி, திண்டிவனம், தென்னாற்காடு வள்ளலார், விழுப்புரம் ராமசாமிபடையாச்சி மாவட்ட வாசகிகளே!

உங்களுக்காக இந்த விழா. மங்கையர்மலர் வாசகிகள், மகளிர் மன்ற உறுப்பினர்கள் அனைவரும் வாருங்கள். விழாவைச் சிறப்பியுங்கள் என்று கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

24.2.95 (வெள்ளிக் கிழமை) இளையராகம் '95

24.2.95 வெள்ளிக் கிழமையன்று பள்ளி, கல்லூரி மாணவியர்க்காகப் போட்டிகள் நடத்தப் படுகின்றன. *10.15 முதல் 12.30 மணிவரை பள்ளி மாணவிகளுக்கு 'பல்சுவை நிகழ்ச்சிப் போட்டி' 12.30 மணிமுதல் 1.30 மணிவரை கல்லூரி மாணவியர்க்குப் பேச்சுப் போட்டி. பெருமை மிகுந்த* **அமரர் சின்னி கிருஷ்ணன் சுழற்கோப்பை** *மற்றும் பரிசுகள் உண்டு. மேலே குறிப்பிட்ட ஊர்களில் உள்ள பள்ளி, கல்லூரிகளுக்குச் சுற்றறிக்கை அனுப்பி இருக்கிறோம். சுற்றறிக்கை கிடைக்காதவர்கள் மங்கையர் மலருக்கு எழுதினால் விவரங்கள் அனுப்பப்படும்.*

25.2.95 (சனிக்கிழமை) மகளிர் விழா

கோலப் போட்டி - காலை 10 மணி

- **பெண்மணிகள் எந்த வயதினரானாலும் இந்தப் போட்டியில் கலந்து கொள்ளலாம்.**
- **மங்கையர் மலர் அலுவலகத்திற்கு போட்டியில் கலந்து கொள்ள ஆர்வம் தெரிவித்து வரும் முதல் நூறு கார்டுகள் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும். கார்டுகளில் உங்கள் பெயர், முகவரியைத் தெளிவாகக் குறிப்பிடவும். அப்பெண்மணிகளுக்குப் போட்டிக்கான எண்ணுடன் பதில் தகவல் தெரிவிக்கப்படும்.**
- **மங்கையர்மலர் அலுவலகத்திலிருந்து வந்த கடிதத்துடன் காலை 9.30 மணிக்கு வந்து விழா மண்டபத்தில் பதிவு செய்து கொள்ள வேண்டும்.**
- **கோலம் போடும் நேரம் 30 நிமிடங்கள். கோல வகை -ரங்கோலி மற்றும் பூ, பழங்களால் செய்யப்படும் புதுமைக் கோலங்கள்.**
- **கோலம் போடும் போது உதவியாளர் ஒருவர் அனுமதிக்கப்படுவார். அவர் வண்ணம் போன்ற பொருட்களை எடுத்துக் கொடுக்க மட்டுமே வரவேண்டும். கோலம் போட யோசனையோ, நேரடியாக உதவுவதோ கூடாது.**

முதற்பரிசு	:	ரூ.500	மதிப்புள்ள பொருள்
இரண்டாம் பரிசு	:	ரூ.300	"
மூன்றாம் பரிசு	:	ரூ.200	"
ஆறுதல் பரிசுகள் (5)	:	ரூ.100	"

ஆரோக்கியப் போட்டி (வினாடி வினா) - 11 மணி

- **இப்போட்டியில் அரங்கிலுள்ள அனைத்துப் பெண்களும் கலந்து கொள்ளலாம்.**
- **வினாடி வினா முறையில் பெண்களின் உடல்நல, மனநல, அழகு சம்பந்தப்பட்ட கேள்விகளை மேடையில் ஒருவர் கேட்பார். அரங்கத்தில் விநியோகிக்கப்படும் பேப்பரில் பதில் எழுத வேண்டும். எனவே ஒவ்வொருவரும் பேனா எடுத்து வருவது நல்லது.**
- **பரிசுகள் கோலப் போட்டிக்கு அளிப்பது போல.**

நேருக்கு நேர் நிகழ்ச்சி - 11.30. மணியளவில்.

இந்நிகழ்ச்சியில் அழகுக் கலை, இந்திய மருத்துவம், அலோபதி ஆகிய துறையைச் சார்ந்த நிபுணர்கள் கலந்து கொள்வார்கள். ஒவ்வொரு வரும் பெண்களுக்குப் பயனுள்ள பல குறிப்புகளைத் தர இருக்கிறார்கள். வாசகிகளும் இவர்களைக் கேள்விகள் கேட்டுப் பயன் பெறலாம்.

மாறுவேடப் போட்டி 1.30மணிக்கு

- இந்தப் போட்டி குழந்தைகளுக்கு. சிறு குழந்தைகள் முதல் ஐந்தாம் வகுப்புப் பயிலும் சிறுவர், சிறுமியர் வரை கலந்து கொள்ளலாம்.
- போட்டியில் கலந்து கொள்பவர்கள் மங்கையர் மலருக்கு முன்னமேயே விண்ணப்பிக்க வேண்டும். கலந்து கொள்பவரின் பெயர், வயது, முகவரி ஆகியவற்றுடன் ஒரு கார்டில் பெற்றோர் பெயர் முகவரியுடன் எழுதி அனுப்பவும். முதலில் விண்ணப்பிக்கின்ற நூறு குழந்தைகள் மட்டுமே போட்டியில் கலந்து கொள்ளலாம்.
- விழா நடக்கின்ற இடத்திற்கு 12 மணிக்கு வந்து, மங்கையர் மலர் அலுவலகத்தில் இருந்து வந்திருக்கும் கடிதத்தைக் காட்டி வருகைப் பதிவு செய்து கொள்ள வேண்டும்.
- பரிசுகள் மேலே உள்ள போட்டிகளுக்கு உள்ளது போல.

மகளிர் மன்றங்களுக்கான நாடகப் போட்டி 3 மணிக்கு

- மேலே அறிவித்த ஊர்களில் உள்ள நாடக மன்றங்கள் இப்போட்டியில் கலந்து கொள்ளலாம்.
- முதலில் பதிவு செய்யும் பத்து சங்கங்கள் போட்டிக்கு அனுமதிக்கப்படும். பதிவு செய்து கொள்ளப்பட்ட சங்கங்களுக்கு மங்கையர் மலர் அலுவலகத்தில் இருந்து கடிதங்கள் அனுப்பி வைக்கப்படும்.
- போட்டியில் கலந்து கொள்ளும் மாதர் சங்கங்கள் 12.30 மணிக்கு வந்து வருகைப் பதிவு செய்து கொள்ள வேண்டும். தங்களுடைய மன்றப் பெயர், முகவரி, கலந்து கொள்ளும் நபர்களின் பெயர்கள், கதாபாத்திரம் இவற்றை எழுதிப் பதிவாளரிடம் கொடுக்க வேண்டும்.
- ஒவ்வொரு மன்றத்திற்கும் நாடகத்திற்குரிய நேரம் 10 நிமிடங்கள். நாடகத்தின் பொதுவான கருத்து பெண்கள் பிரச்சனைகளை/முன்னேற்றத்தைப் பேசுவதாக இருத்தல் வேண்டும்.

முதற்பரிசு : ரூ. 1000/-
இரண்டாம் பரிசு : ரூ. 500/-
மூன்றாம் பரிசு : ரூ. 300/-

'கடலூர் மகளிர் விழா நாயகி'

- இப்படி ஒரு சுவையான பரிசு இந்த விழாவில் புதுமையாகச் சேர்க்கப்பட உள்ளது. 25.2.95 அன்று நடைபெற உள்ள மகளிர் விழாவில் கலந்து கொள்ளும் பெண்மணிகளை காலையில் இருந்தே இதற்கென்றே தனியாக உள்ள நடுவர்குழு கண்காணித்துக் கொண்டிருப்பார்கள். விழாவில் அவர்கள் பங்கெடுத்துக் கொள்ளும் விதம், அவர்களுடைய ஈடுபாடு, தோற்றம், பழகும் விதம் ஆகியவற்றைக் கொண்டு பரிசுக் குரியவர் தேர்ந்தெடுக்கப் படுவார்.
- தேர்ந்தெடுக்கப்படும் பெண்மணிக்குப் பரிசு - ஒரு பட்டுப்புடவை! மற்றும் ஐந்து பேருக்கு ஆறுதல் பரிசுகள் உண்டு.
- விழாவினைப் பற்றிய எந்த முடிவிற்கும் ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதியானது.
- போட்டிக்கு வருபவர்களுக்குத் தேவையான பொருட்களோ, போக்குவரத்தோ அவரவரைச் சார்ந்ததே.
- போட்டியில் கலந்து கொள்ளும் குழந்தைகளுக்கும், மகளிர் மன்றங்களுக்கும் சான்றிதழ் வழங்கப்படும்.
- விழாவிற்கு வரும் அனைவருக்கும் ராகா ஹெர்பல் பவுடர் தரும் சிறிய அன்பளிப்பும் உண்டு.
- அனைத்துப் போட்டிகளும் முடிந்தவுடன் தொடர்ந்து பரிசளிப்பு விழா நடைபெறும்.

விழா நடைபெறுகின்ற இடம்

சுப்பராயலு ரெட்டியார் கல்யாண மண்டபம்,

(ரெட்டியார் சங்கத் திருமண மண்டபம்) 8-A பாரதி சாலை, கடலூர்.

விழா சம்பந்தமாக தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி:

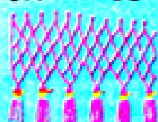
மங்கையர் மலர், எண் 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடு தாங்கல்,
சென்னை-97.

மங்கையரின் பலவித மனோபாவங்களுக்கு

Meenakshi

பட்டு, கிரேப், ஷிபான் சேலை...

இலவசம் ! வாங்கும் ஒவ்வொரு சேலையுடன் ஒரு முந்தானை குஞ்சம் இலவசம். (இந்த சலுகை இருப்பு உள்ளவரை மட்டுமே) ✤ இந்தியா மற்றும் வெளி



நாடுகளில் முக்கிய சேலைகடைகளில் கிடைக்கிறது.
✤ அனைவருக்கும் மீனாட்சியின் பண்டிகை நல்வாழ்த்துக்கள். ✤ மீனாட்சி- பட்டு சேலைகள் தரத்தில் இணையற்றது. ✤ ஏற்றுமதி விவரங்களுக்கு அணுகவும்: சில்டெக்ஸ் எக்ஸ்போர்ட்ஸ், பேக்ஸ்: 00-95-80-2223410/2226323.



மீனாட்சி முத்திரை உரிமையாளர்கள் ராதாகிருஷ்ணா & கோ. 831-832, நகரத்பேட், பெங்களூர் – 560 002.

TIME MANAGEMENT பற்றி...

எப்படிச் சமாளிக்கிறார்கள்?

வீடு, அலுவலகம் ஆகிய இரண்டையும் திறம்பட நிர்வகிப்பதிலேயே பல சகோதரிகளுக்குப் பல சிக்கல்கள் உண்டு. அப்படியிருக்க பத்திலிருந்து ஐந்து வரை என்றில்லாமல் எப்போது வேண்டு மானாலும் தங்களது மேற்பார்வை அல்லது சேவை தேவைப்படும்படியான துறையில் இறங்கும் பெண்மணிகளுக்கு நேரப் பிரச்னை மிக அதிகமாகத்தானே இருக்கும்! இதை அவர்கள் எப்படிச் சமாளிக்கிறார்கள் என்பதை அறிய அப்படிப் பட்ட சவால்களைச் சந்திக்கும் சில பெண்மணிகளைச் சந்தித்தோம்.

திருமதி சரளா நெடுமாறன்:

சில குறிப்பிட்ட ப்ராண்ட் கன்ஸ்யூமர் ஐட்டங்களின் ரீடெயில்-அவுட் லெட் ஒன்றை நடத்துகிறார். அதாவது தயாரிப்பாளர்களிடமிருந்து அப் பொருள்களை வாங்கி சிறு வியாபாரிகளுக்கும், நிறுவனங்களுக்கும் வினியோகிக்கும்/விற்கும் பணி.

தொடக்கத்தில் தனியார் நிறுவனம் ஒன்றில் செயலாள ராக வேலை பார்த்திருக்கிறார். பிறகு அதை ராஜினாமா செய்திருக்கிறார். "அப்போதுதான் கல்யாணமாகிப் பெண் குழந்தை பிறந்திருந்தது. கணவர் சம்பாத்தியத்திலேயே குடும்பத்தை நடத்தி விடலாம் என்ற எண்ணமும், வீட்டுப் பெரியவர்களின் தலையில் குழந்தை வளர்ப்பும் பொறுப்பை ஒப்படைத்து சிரமப்படுத்த வேண்டாமே என்று தோன்றியதாலும் வேலையை விட்டேன்.

ஆனால் கொஞ்ச காலத்திலே நானும் சம்பாதித்தால்தான் குடும்பத்தை ஓரளவு சௌகரியமாக நடத்த முடியும் என் பதை உணர்ந்து கொண்டேன். அப்போது இந்த ரீட்டெயில் அவுட்லெட்'டை நடத்தி வந்த என் தோழி இதற்கு மேனேஜ ராக இருக்கும்படி கேட்டுக் கொள்ளவே, ஒத்துக் கொண் டேன். இந்தத் துறையில் மற்றவர்களுக்காக நாம் செய்யும் கடுமையான உழைப்பை நமக்காகவே செய்து கொண்டால் அதிகப் பணம் கிடைக்குமே என்ற எண்ணம் தோன்றிக் கொண்டிருந்தது. அதே சமயம் என் தோழி பம்பாயில் செட் டிலாகும் சூழ்நிலை ஏற்பட, அவளிடமிருந்து இந்த பிஸி னெஸை நான் ஏற்றுக் கொண்டேன்.

தினமுமே டைட்டான நேர அட்டவணைதான். காலை சுமார் ஐந்து மணிக்கு எழுந்து விடுவேன். ஏழரை மணிக்குள் சாப்பாட்டையும், கணவருக்குச் சிற்றுண்டியையும் தயாரித்து விடுவேன். சமைக்கும்போதே ஒன்றாம் வகுப்பு படிக்கும் மகளுக்குப் பாடம் சொல்லிக் கொடுப்பேன். நல்லவேளை யாக அவளுக்குச் சீக்கிரம் எழுந்து விடும் பழக்கம் உண்டு.

மகன் ஏழரை மணிக்கு எழுந்திருப்பான். அதற்கு முன்பு அவனை எழுப்பினால் என்னைச் சுற்றிச் சுற்றி வருவான்; காரியம் தடைப்படும். இதனால் அவனை அதற்கு முன்பு எழுப்புவதில்லை.

இதற்குள் சின்னச் சின்ன உடற் பயிற்சி களைச் செய்து முடித்து விட் டிருக்கும் என் கணவர், மகளுக்குக் குளிபாட்டி, உடை யணிவித்து, உணவு கொடுத்து விடுவார். தொடக்கத்தில் கொஞ்சம் அவருக்கு எடுத்துச் சொல்ல வேண்டியிருந் தது, என்றாலும் இப்போது அதை ரொட்டீனாக்கிக் கொண்டு விட்டார்.

எட்டு மணிக்கு (அலுவல கத்துக்குக்) கணவரும், (பள்ளிக்கு) மகளும் கிளம்பி விடுவார்கள்.



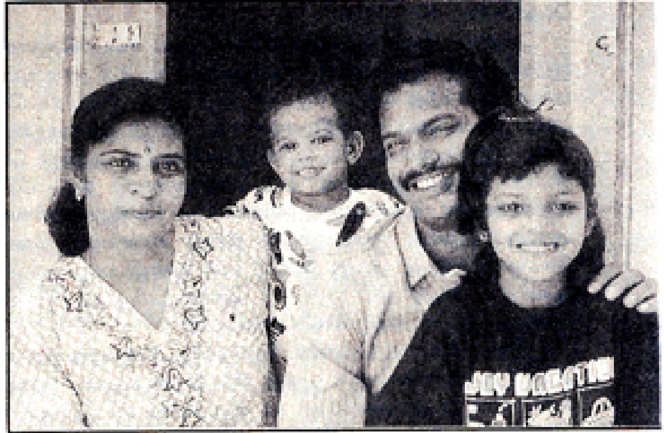
ஒன்பதிலிருந்து பதினோரு மணி வரை அலுவலக வேலைகளை கவனிப்பேன். வியாபாரத்தை நிர்வகிப்பது, வெவ்வேறு கடைகளுக்கு எடுத்துச் செல்ல வேண்டிய ஸ்டாக்குளை எப்படி அனுப்புவது, வந்து இறங்கும் மற்றும் வெளியே அனுப்பப்படும் சாமான்கள் சரியாக இருக்கின்றனவா என்பதைக் கண்காணிப்பது, தேவைப்படும்போது வங்கி போன்ற இடங்களுக்கு வியாபார நிமித்தம் செல்வது - இப்படி நேரம் சரியாக இருக்கும். இந்த நேரத்தில் மகனைப் பணியாள் கவனித்துக் கொள்வாள். அவனுக்குப் பிடித்த சில ரைம்ஸ் கேஸட்டுகளைப் போட்டுக் காட்டச் சொல்வேன்.

சுமார் பதினோரு மணிக்கு வீட்டுக்குள் நுழைவேன். மகனுக்கு சாப்பாடு ஊட்டுவதற்கே ஒரு மணி நேரமாகும். அவ்வளவு லூட்டி அடிப்பான் என்பது மட்டுமல்ல,

• விஜி.வாசுதேவன்



• சரளா. நெடுமாறன்



அவன் கொஞ்சம் பலவீனமானவன். இரண்டு மாதக் குழந்தையாக அவனை தத்து எடுத்துக் கொண்டபோதே அவனுக்குச் சற்று உடல் சுகவீனம்தான். சொல்லப் போனால் வேலைக்குச் செல்லும் பெண்கள் பலருக்குக் குழந்தை பிறந்த பிறகும் மூன்று அல்லது நான்குமாதகால விடுப்பு கிடைப்பதுண்டு. ஆனால் நானோ இவனுக்கு இரண்டரை மாதம் ஆகியிருந்தபோதே வியாபாரத்தையும் சேர்த்து கவனிக்க வேண்டியிருந்தது.

பனிரெண்டு மணியிலிருந்து சுமார் ஒரு மணி நேரத்திற்கு வியாபாரம் தொடர்பான கணக்குகளை சரிபார்க்க வேண்டியிருக்கும். மதியம் ஒன்றரை மணிக்குச் சாப்பிட்டு விட்டு, மகனையும் தூங்க வைத்து விடுவேன். அப்போதே மாலைக்கான சிற்றுண்டியையும் செய்து விடுவேன். பழகி விட்டதாலோ என்னவோ, சூடாகத்தான சிற்றுண்டி வேண்டும் என்று என் குடும்பத்தினர் சொல்வதில்லை.

பிறகு வீட்டுக்குத் தேவையான சாமான்களை வாங்கி வருவேன். இதற்குள் மகள் வீட்டுக்கு வந்திருப்பாள். ''அம்மா இன்னிக்கு என் பென்சில் தொலைஞ்சிடுத்து'' என்பது போன்ற அவளது அன்றைய அனுபவங்களை ஆர்வத்துடன் கேட்டறிவேன். பிறகு சிறிது நேரத்தில் வியாபாரம் தொடர்பான சில்லறை வேலைகள்.

முன்பெல்லாம் கணவர் வருகைக்காக நான் காத்துக் கொண்டிருப்பேன். இப்போது நான் வருவதற்காக அவர் காத்திருக்க வேண்டிய நிலை."

நேரப் ப்ரச்னையை சமாளிக்க சரளா மேற்கொண்ட மற்ற சில உத்திகள் இதோ-

"வீடும், அலுவலகமும் ஒரே கட்டிடத்தில் இருக்குமாறு அமைத்துக் கொண்டதன் விளைவாக போக்குவரத்துக்கான நேரம் குறைவதோடு, வியாபாரப் பணியின் நடுவில் குழந்தைகளுக்கு ஏதாவது அவசரத்தேவை என்றால் கவனித்துக் கொள்ள முடிகிறது. என்றாலும் சில சமயம் இதுவே தொந்தரவாகவும் இருக்கிறது. 'எப்பப் போனாலும் இருப்பா' என்கிற எண்ணத்தில் வரும் விருந்தினரும், அலுவலகத் தொடர்பானவர்களும் உண்டு.

உடல் நலத்தைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள வேண்டியது முக்கியம். கடந்த மூன்று வருடங்களாக தினமும் ஜேன் ஃபோண்டாவின் ஒளிநாடாவின் பின்னணியில் ஏரோபிக்ஸ் பயிற்சிகளைக் கொஞ்ச நேரமாவது செய்யத் தவறுவதில்லை.

மொபெட் ஒன்றை வாங்கி விட்டதால் வியாபாரம், வீடு ஆகிய இரண்டில் எந்தத் தேவைக்காக வெளியே செல்ல வேண்டியிருந்தாலும் இன்னொருவரை நம்ப வேண்டிய அவசியம் இல்லாமல் போனது.

நம்பகமான முழுநேரப் பணியாள் ஒரு

வரை நியமித்துக் கொண்டது சௌகரியமாக இருக்கிறது. ஆனால் அப்படிக் கிடைக்காமல் நிறைய மாதங்கள் சிரமப்பட்டிருக்கிறேன்.

என்னதான் திட்டமிட்டாலும், நம்மை மீறிய சந்தர்ப்பங்கள் நிகழவே செய்யும். ஒருமுறை என் மாமனார் விபத்தொன்றில் காயமுற்று மருத்துவமனையில் சேர்க்கப்பட, சென்னையில் அப்போது இருந்த ஒரே நெருங்கிய சொந்தம் நாங்கள்தான் என்பதால், பத்து நாட்களுக்கு என் வியாபாரத்தில் துளியும் கவனம் செலுத்தாமல், மாமனாரையும், வீட்டையும் கவனிக்க நேர்ந்தது. பிறகு தேங்கிக் கிடந்த வியாபார விஷயங்களை இருமடங்கு வேகத்தோடு கவனிக்க வேண்டியிருந்தது.

சில சமயம் மற்ற பல பெண்களைப் போல வீட்டிலேயே இருந்து விட்டாலோ, அல்லது பத்திலிருந்து ஐந்து போன்ற ஏதாவது வேலைக்குச் சென்றாலோ நிம்மதியாக இருக்குமோ என்ற எண்ணம் தோன்றும்தான். ஆனாலும் சொந்தக்காலில் நிற்கிறோம் என்ற சந்தோஷமான விடுதலை உணர்வு அதிகம் உண்டு என்பதால், நேரச் சிக்கல்கள் என்னைத் தொடர்ந்து பயமுறுத்துவதில்லை."

டாக்டர் ஷிஜி வாசுதேவன்:

மருத்துவப் படிப்பை முடித்த இவர் பதினான்கு வருடங்கள் மதுரையிலுள்ள மீனாட்சி சர்ஜிகல் கிளினிக்கில் பணியாற்றியிருக்கிறார். இப்போது சென்னை காளியப்பா மருத்துவமனையில் சீஃப் மெடிக்கல் ஆபீசராகப் பொறுப்பேற்றிருக்கிறார்.

"மருத்துவப் படிப்பை சென்னை கீழ்ப்பாக்கம் மருத்துவக் கல்லூரியில்தான் படித்தேன். கடைசி வருடம் படித்துக் கொண்டிருந்தபோது எனக்குத் திருமணம் நடந்து விட்டது. அத்தைப் பையனைத்தான் மணமுடித்தார்கள்.

மகள் பிறந்தபோது அவளை என் பெற்றோரிடம் பார்த்துக் கொள்ளச் சொல்லி விட்டு நான் ஹவுஸ்-சர்ஜன்ஷிப்பை கவனித்திருக்கிறேன். நைட் டியூட்டி கூட அடிக்கடி இருக்கும். அடுத்துப் பிறந்த மகனை நான்தான் முழுக்க கவனித்துக் கொண்டேன். என் திருமணத்துக்கு முன்பே என் மாமனார், மாமியார் இருவருமே இறந்து விட்டனர். இவர் அவர்களது ஒரே பிள்ளை. எனவே குழந்தைகளை கவனித்துக் கொள்ள நெருங்கிய புகுந்த வீட்டு மனிதர்கள் யாருமில்லை.

குடும்பம், மருத்துவ சேவை இரண்டிலுமே எனக்குப் பற்று உண்டு என்றாலும், ஒரு பெண் என்ற முறையில் என் குடும்பம் கட்டுக்கோப்பாக இருக்க வேண்டும் என்பதற்கு முன்னுரிமை தந்திருக்கிறேன். இதற்காக நான் அரசு வேலைக்கு விண்ணப்பிக்கவேயில்லை. இத்தனைக்கும் அந்தக் காலத்தில் மருத்துவர்களுக்கு அரசு பணியில் முன்னுரிமை கொடுத்தார்கள் என்றாலும் மாற்றல் ஆகிக் கொண்டேயிருந்தால் மனநிம்மதியும் இருக்காது, குடும்பம் என்ற அமைப்புக்கும் அர்த்தமிருக்காது என்று கருதியதால் நான் அந்த முடிவெடுத்தேன்.

வீட்டிலிருந்து சற்று தொலைவில் உள்ள இடத்தில் ஒரு கிளினிக் அமைத்துக் கொண்டு அங்கு மருத்துவ ப்ராக்டிஸ் செய்து வந்தேன். நேரந்தவறாமையை வழக்கமாகவே கொண்டிருந்தேன். என்றாலும் தர்மசங்கடமான சமயங்கள் நேரவே செய்தன. குழந்தைக்கு உடல்நலம் சரியில்லை, எனது அண்மை அவனுக்குத் தேவைப்பட்டது என்ற சந்தர்ப்பத்தில் கிளினிக்கிற்குச் செல்லாமல் இருந்ததுண்டு. போய்விட்டு, நோயாளிகள் காத்திருக்கும்போது, பாதியில் வந்தால்தான் தவறு. மற்றபடி அன்று கிளினிக்குக்குப் போகாமலே இருந்துவிட்டால், அங்கு வந்து பார்க்கும் நோயாளிகள் வேறு ஏதாவது மருத்துவரிடம் சென்று சிகிச்சை எடுத்துக் கொண்டு விடுவார் என்று சமாதானப்படுத்திக் கொள்வேன்.

நேரெதிரான சம்பவமும் நடந்ததுண்டு. கிளினிக்கில் குறிப்பிட்ட நேரம் முடிந்து வீட்டுக்குக் கிளம்பும் சமயத்தில் நோயாளிகள் வருவதும் சகஜம். கடும் காய்ச்சலிலிருந்து கருச்சிதைவு உண்டாகி ரத்தம் கொட்டக் கொட்ட வருவதிலிருந்து பலவித நோயாளிகள் அப்படி வந்ததுண்டு. அவர்களுக்கு வைத்தியம் செய்துவிட்டு, தாமதமாக வீட்டுக்குத் திரும்பவும் நேரிட்டிருக்கிறது.



சாப்பாட்டிற்குத் தேவையான உப்பைக் கொதிக்கும்பொழுதே போட்டு விடுவது நல்லது. இறக்கி வைத்தபின் போடுவதோ, சாப்பிடும் போது தூவிக் கொள்வதோ சரியல்ல.

-லலிதா கிருஷ்ணன்

இப்போது கூட என் பணி நேரம் முடிந்த பிறகு மருத்துவமனையில் வேறு யாராவது டாக்டர் வரவில்லையென்றாலோ, சிஸேரியன் போன்ற அறுவை சிகிச்சைக்கு உதவச் சொல்லி சக டாக்டர்கள் கேட்டுக் கொண்டாலோ நான் என் தார்மீகக் கடமையை மறுக்க முடிவதில்லை. நேரம் கழித்தே வீட்டுக்குச் செல்கிறேன்.

மகன், மகள் இருவருமே டீனேஜ் பருவத்தில் இருக்கிறார்கள். விளையாட்டில் பெரிதும் ஈடுபாடு கொண்ட மகனை, என் கணவர் அக்கறையோடு கவனித்துக் கொள்கிறார் (அவர் ஒரு டாக்டர் என்பதோடு, விளையாட்டில் வெகு விருப்பம் கொண்டவரும் கூட). மகளுக்கு மட்டும் நான் அவளிடம் அதிக நேரம் செலவழிப்பதில்லை என்கிற எண்ணம் உண்டு. இதைக் குறைக்க ஞாயிற்றுக்கிழமைகளில் குடும்பத்தினர் ஒன்றாக இருப்போம். பெரும்பாலும் அன்று வெளியே போவதில்லை. ரிலாக்ஸ்டாக வீட்டிலேயே பேசிக் கொண்டிருப்பேன்.

மனக் களைப்பைப் போக்க விளையாட்டும், ஆழ்நிலை தியானமும் பெரிதும் கைகொடுக்கும் என்பது என் அனுபவ உண்மை. ஷட்டில்காக் விளையாடுவதை என் வழக்கமாகவே வைத்திருக்கிறேன். ஆழ்நிலை தியானம் மனதுக்கு நிச்சயம் நிம்மதியைத் தருகிறது. ஒவ்வொரு மாதமும் பெண்களுக்குச் சோதனை தரும் அந்த நாட்களில் கூட என் உடல் களைத்தாலும், மனம் களைத்துப் போகாமலிருக்க இவை உதவுகின்றன. தினமும் ஆறுமணி நேரமாவது தூங்குவேன். இது பெண்களுக்கு மிக அவசியம் என்பது என் கருத்து.

பலவித சோதனைகளுக்கு நடுவே தன் குழந்தைகளை வளர்த்தவர் ஜானகி. தாய், தந்தை ஆகிய இருவரது ஸ்தானத்தையும் ஏற்க வேண்டிய பொறுப்பு அவருக்கு. எப்படிச் சமாளித்தார்?

• குடும்பம், திரையுலகம் இரண்டையும் உங்களால் எப்படிச் சமாளிக்க முடிந்தது?

"ஒரு கம்பி மேல் நடப்பது போன்ற உணர்வுடனும், லாவகத்துடனும்தான் இரண்டையும் கையாண்டேன். வாழணும், வாழ்ந்தே தீரணும்கிற வெறி இருந்தது. அதனால் கடுமையாக உழைத்தேன்."

• நேரப் பற்றாக்குறை காரணமாக உங்கள் குழந்தைகளை சரியாகக் கவனிக்க முடியாத நிலை தோன்றியிருக்கலாம் இல்லையா?

"குழந்தைகளைப் போதிய அளவு கவனிக்க முடியவில்லையேன்னு அவ்வப்போது ஒரு மானசீகப் போராட்டம் எழவே செய்தது. ஆனாலும் நாம் நடிப்பது குழந்தைகளின் வாழ்க்கைக்கும், வருங்காலத்

நாங்கள் சொல்வது, புதிய ஃபோர்ப்ஸ் மிக்ஸர் கிரைண்டரிலுள்ள ஹை-காப் மோட்டாரைப் பற்றிதான். அதில் சரியான அளவு காப்பர் வைண்டிங் உள்ளதால், மற்ற மிக்ஸிகளைப் போல இது அதிக சூடாவதில்லை. எனவே இதில் தயாரிக்கப்படும் இட்லி, வடை, சட்னி, கோஃப்தா, அல்வா போன்ற உணவு வகைகள் மிகவும் சுவையாக இருக்கின்றன.

தொழில்நுட்பத் துறையில் வல்லுநர்களால் ஹை-காப் மோட்டார் வடிவமைக்கப் பட்டுள்ளது. மேலும் இந்த மோட்டார் சமநிலையுடன் பொருத்தப்பட்டிருப்பதால், மிக்ஸியில் அதிர்வோ அல்லது ஆட்டமோ ஏற்படுவதில்லை... இத்தனை சிறப்பம்சங்கள், எத்தனை குறைந்த விலையில்!

எனவே இன்றே நீங்களும்
புதிய ஃபோர்ப்ஸ் மிக்ஸர்
கிரைண்டர் வாங்கிப்
பாருங்கள்.
அசர வைக்கும் அசல்
சுவை மீண்டும் பெறுங்கள்.

ஹை-காப் மோட்டார்
விரைவாக அரைக்க,
சுவையாக சமைக்க

சிறப்பம்சங்கள்:

★ 3 ஜார்கள் ★ மாற்றுவதற்கேற்ற 4 பிளேடுகள் ★ சிறப்பான கார்ட் வைண்டர் ★ கூடுதல் பாதுகாப்பிற்கு ரீசெட் ஸ்விட்ச் கொண்ட ஓவர்லோடு மோட்டார் புரொட்டெக்டர் ★ இன்டிகேட்டர் லேம்ப்

தயாரிப்பாளர்: FAL இண்டஸ்ட்ரீஸ் லிமிடெட்
விற்பனை செய்வோர்:



லேதம் இண்டியா லிமிடெட்
(ஃபோர்ப்ஸ் கோகக் குரூப்பின் கம்பெனி)
ஆர்த்தி சேம்பர்ஸ், மூன்றாம் மாடி,
189 அண்ணா சாலை, சென்னை-600 006.
போன்: 8524303, 8524222, 8524661
டெலக்ஸ்: 41-5247 ஃபேக்ஸ்: 044-8522012

விநியோகஸ்தர்கள்/டீலர்கள் விண்ணப்பிக்கவும்.

FORBES

∴.போர்ப்ஸ்
மிக்ஸர் கிரைண்டர்

துக்கும்தானேன்னு சமாதானப்படுத்திப்பேன். 'சௌகார்' படத்தில் நான் நடிக்கத் தொடங்கினப்போ பெரியவள் யக்ஞபிரபாவுக்கு மூணு மாசம்தான் ஆகியிருந்தது. பிறகு பையன் வெங்கட்ரமணா. அடுத்தது கிருஷ்ணசச்சி.

குழந்தைக்குப் பாலூட்ட வேண்டிய நேரத்தில் படப்பிடிப்பில் காதல் காட்சியில் நடித்துக் கொண்டிருப்பேன். மனம் கஷ்டப்படும். ஆனாலும் அவர்களுக்குப் பால் டின் வாங்கிக் கொடுக்குமளவுக்காவது காசு சம்பாதிக்க முடிகிறதே என்று ஆறுதலடைவேன்."

•ஆனாலும் உங்கள் நிலையை முழுவதுமாக உணர்ந்து கொள்ள உங்கள் குழந்தைகளால் முடியாது போயிருக்கலாம்.

"அப்போ அவங்க சின்னக் குழந்தைங்கதானே, அதனாலே அப்படியே புரிஞ்சுக்க முடியாத நிலைதான். நான் எப்போ வீட்டுக்கு வருவேன்னு ஏக்கமாய் பார்த்துக்கிட்டிருப்பாங்க. என் பக்கத்திலே ராத்திரி யார் படுத்துக்கிறதுன்றதிலேமூணு பசங்களும் போட்டி போடுவாங்க. இந்த இடத்திலே இன்னொரு விஷயத்தையும் சொல்லணும். எந்த ஒரு தாயும் தன் குழந்தைகளை ஒரே மாதிரிதான் பாவிப்பாள். என்றாலும் எனக்கு என் கடைக்குட்டி கிருஷ்ணாவிடம் அனுதாபம் கிடையாது. காரணம் அவள் அப்போதே ஒரு ஸ்ட்ராங் கேரக்டர். என ஜீன்கள் அவளிடம்தான் முழுமையாக இறக்குமதியாகியிருக்கின்றன என்று நான் எண்ணுவதுண்டு. மகனிடம் ஒரு தனிப்பாசம் உண்டு, என்றாலும் மூத்தவளிடம் எனக்கு அதிகக் கருணை உண்டு. அவளுக்கு மிகவும் இளகிய மனம். சின்ன வயசிலேயே உதவி என்று கேட்டவர்களுக்குத் தன் தங்க நகைகளைக் கூடக் கழற்றிக் கொடுத்துவிடுவாள். ரொம்ப சென்சிடிவ் என்பதால் அவளிடம் கொஞ்சம் அதிகக் கவனம் செலுத்த வேண்டியிருந்தது."

• தாய், நடிகை ஆகிய இரண்டு ரோல்களுக்கிடையே எப்படி நேரப் பங்கீடு செய்தீர்கள்?

"நான் க்ளப்புகளுக்கோ, குதிரைப் பந்தய மைதானத்துக்கோ போனதில்லை. சீட்டாடியதில்லை. படப்பிடிப்பை விட்டால் வீடு, வீட்டை விட்டால் படப்பிடிப்பு என்றுதான் இருந்திருக்கிறேன். கிடைத்த நேரத்திலெல்லாம் குழந்தைகளிடம் நிறையப் பேசுவேன். என் பதினெட்டாவது வயதிலேயே பெரியவள் பிறந்து விட்டாள். மற்ற இருவரும் கூட அடுத்தடுத்துப் பிறந்து விட்டனர். இதனால் எனக்கும் அவர்களுக்குமிடையே தலைமுறை இடைவெளி பெரிதாக இருந்ததில்லை. நான் இவங்களோட அதிக நேரம் தங்குவதில்லை என்ற ஏக்கத்தைத் தீர்க்க பல வழிகளில் முயற்சி எடுத்துக்கிட்டிருக்கேன். படப்பிடிப்பு இல்லாத நாட்களில் நானே சமைப்பேன். சாதம் பிசைஞ்சு என் கைப்பட ஊட்டி விடுவேன். திரையுலகில் என்னை ஓரளவு எஸ்டாப்ளிஷ் செய்துகிட்ட பிறகு, மாலை ஆறரைக்குமேல் என் சம்பந்தப்பட்ட படப்பிடிப்புகளைத் தவிர்க்க முயற்சிகள் எடுத்துக்கிட்டு, அந்த நேரத்தில் குழந்தைகளோட இருந்தேன்.

என்னதான் நேரப் பற்றாக்குறை இருந்தாலும் சில விஷயங்களில் அவர்களை மிகக் கண்டிப்புடன் வளர்த்தேன். தவறாமல் பல் துலக்குவது முதல் சுத்தமாக இருப்பது வரை பல விஷயங்களில் அவர்களுக்குத் தீவிர பயிற்சி அளித்தேன். மற்றவர்களிடம் இனிமையாகப் பழகுவது, பெரியவர்கள் யாரையும் ஒருமையில் அழைக்காமல் இருப்பது, நல்ல உணவுப் பழக்கம்- இப்படிப் பல விஷயங்களில் அவர்களைச் சீராகவும், கண்டிப்புடனும் வளர்த்ததால் எனக்குக் குடும்பத்திற்குக் கணிசமான நேரம் தேவைப்பட்டது.

ஒருமுறை ஹம்பியில் படப்பிடிப்பு தொடர்ந்து சில நாட்களுக்கு நடந்தது ('குமுதம்' படத்தின் தெலுங்கு வடிவம்). குழந்தைகளுக்கு அப்போது பள்ளி விடுமுறை என்பதால் அவர்களையும் அழைத்துச் சென்றேன். ரொம்ப சந்தோஷப்பட்டார்கள் அம்மாவோடு தொடர்ந்து பிரியாமல் சில நாட்கள் இருக்கப் போகிறோம் என்பதற்காக. மற்றபடி அவர்கள் வளர்ந்து பெரியவர்களாகும் வரை படப்பிடிப்பைப் பார்த்ததில்லை.

• குழந்தை வளர்ப்பின் போது, ஒரு நடிகை என்ற முறையில் சில அதிகப்படி பிரச்னைகளை சந்திக்க வேண்டியிருந்திருக்கலாம். அதுவும் நடிகைகளைப் பற்றி நல்லதொரு கருத்து பொதுமக்களிடையே கணிசமானவர்களிடம் இருந்ததில்லை என்ற நிலையில், இல்லையா?



சிறிய செடிச் சட்டிகளில் மண் நிரப்பி வெந்தயத்தைப் போட்டு, சிறிது நீர் தெளித்து வந்தால், 15 நாட்களுக்குள் நம் வீட்டிலேயே வளர்ந்த வெந்தயக் கீரை கிடைக்கும். இது சர்க்கரை வியாதி உள்ளவர்களுக்கு மிகவும் நன்மை பயக்கும்.

—எம்.உமா.

"ஆம். ஏதாவது மஞ்சள் பத்திரிகையில் என்னைப் பற்றி இல்லாததையும் பொல்லாததையும் எழுதியிருப்பார்கள். அதைப் படித்துவிட்டு என் குழந்தைகளிடம் அவர்களது பள்ளித்தோழர்கள் எதையாவது கேட்க, இவர்கள் அழுதுகொண்டே வீட்டுக்கு வந்து என்னிடம் முறையிடுவார்கள். "இதையெல்லாமா பெரிசா எடுத்துக்கிறது? அப்படி உனக்கு ஏதாவது சங்கடமாகப் பட்டால் நேரே என்னிடம் வந்து விவாதிச்சிருக்கலாமே" என்று கூறி சமாதானப் படுத்துவேன்.

மற்றொரு சமயத்தில் என் மகன் பள்ளிக்குப் போக மாட்டேனென்று அடம் பிடித்தான். அவனைச் சமாதானப்படுத்தி, குளிக்க வைத்து, சாப்பிட வைத்து அவனது பள்ளியில் விட சற்று நேரமாகி விட்டது. அவசர அவசரமாக வாகினி ஸ்டூடியோவுக்குப் போனேன். அரைமணி நேரத் தாமதத்துக்கு இயக்குனர் பி.என். ரெட்டியிடம் மன்னிப்பு கேட்டுக் கொண்டேன். "ராத்திரியில் தூங்காம, பீச்சில் சுத்திக்கிட்டிருந்தா இப்படித்தான் நேரமாகும்" என்றார் அவர். இத்தனைக்கும் என்னைத் திரையுலகுக்கு அறிமுகப்படுத்திய, என் பின்னணி அறிந்தவர் அவர். நான் ஒடிந்து போய் கதறி விட்டேன். அன்று நான் தொடர்ந்து அழுததில் படப்பிடிப்பே நடத்த முடியாமல் போய்விட்டது. அடுத்த நாள் அவர் மன்னிப்பு கேட்டுக் கொண்டதுடன், தொடர்ந்து என்னை சொந்த மகள் போல நடத்தினார்."

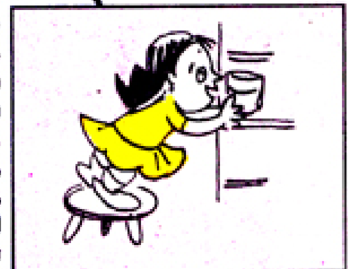
• வாழ்வில் உங்கள் குழந்தைகளுக்காக ஏதாவது குறிப்பிடத் தக்க தியாகம் செய்ய நேரிட்டதுண்டா? அதாவது குறிப்பிடத் தக்க இழப்பு என்று ஏதாவது உங்களுக்கு உண்டாகியிருக்கிறதா?

"குழந்தைகளின் எதிர்காலத்தை மனதில் கொண்டு நான் எடுத்த ஒரு முடிவை செயல் படுத்தாமல் இருந்தால் இன்று நான் அனுபவிக்கும் தனிமையைத் தவிர்த்திருக்க முடியும். என் கணவரை விவாகரத்து செய்தபிறகு நான் மீண்டும் திருமணம் செய்து கொள்ளக் கூடிய ஒரு சூழல் உருவானது. என்றாலும் மறுமண எண்ணத்திற்கு முற்றுப்புள்ளி வைத்துவிட்டேன்."

• திரையுலகில் நீங்கள் ஒரு துணிச்சல்காரரென்றும், வெளிப்படையாக உங்கள் எண்ணங்களைக் கூறி விடுபவரென்றும் ஒரு இமேஜ் உண்டு. உங்கள் குழந்தைகளிடம் எல்லா விஷயங்களையும் பகிர்ந்து கொண்டதுண்டா?

"என் குழந்தைகளிடம் நான் நிறைய விஷயங்களைப் பகிர்ந்து கொண்டிருக்கிறேன். ஆனால் அதை விட அதிகமான விஷயங்களை அவர்களிடம் பகிர்ந்து கொள்ளாமலும் இருந்திருக்கிறேன். காரணம் என் மனப் பிரச்னைகளையும், எனக்குள் தோன்றிக் கொண்டேயிருந்த ஒரு பாதுகாப்பில்லாத உணர்வையும் அவர்கள் அறிந்துக் கொள்ளக் கூடாது என்று நான் நினைத்தேன். அம்மா என்றால் ஒரு தூண் போல அசைந்து கொடுக்காத ஸ்ட்ராங் கேரக்டர் என்று அவர்கள் மனதில் பதிந்து விட வேண்டும் என்று எண்ணினேன். திரையுலகில் நான் சந்தித்த பிரச்னைகள், தோல்விகள் இவற்றையெல்லாம் அவர்களிடம் பகிர்ந்து கொண்டதில்லை. ஏனென்றால் அவர்கள் மனவுறுதியும், படிப்பும் பாதிக்கப்படுமோ என்ற பயம்தான். சென்ற ஆண்டு அமெரிக்காவிலிருந்து இங்கு வந்திருந்தபோது கூட என் மகன் என்னிடம் கேட்டான்– "ஏம்மா, நீங்கள் ஒருவேளை சாப்பாட்டுக்குக் கூட கஷ்டப்பட்டதுண்டாமே! அதைப் பற்றியெல்லாம் என்னிடம் இதுவரை சொன்னதேயில்லையே" என்று. அந்த விதத்தில் - என் மன பாரங்கள் என் குழந்தைகளின்மீது விழுந்துவிடக் கூடாது என்று நான் எண்ணிய கோணத்தில் பார்க்கும்போது - நான் ஒரு இரட்டை வாழ்க்கை வாழ்ந்தேன் என்பது கூட உண்மைதான்."

- ஜி.எஸ்.எஸ்.



சிறிய பிளாஸ்டிக் டப்பாக்கள் (ரூ.5 முதல் ரூ.10வரை) அழகான வண்ணங்களில் கிடைக்கிறது. குழந்தைகளின் செஸ், கேரம் போர்டு காய்கள் போன்றவற்றை தனித் தனியாக வெவ்வேறு வண்ண டப்பாக்களில் போட்டு வைத்தால், விளையாடும்போது குழந்தைகளுக்கு எளிதாக இருக்கும். அத்துடன் எடுத்ததை அதே டப்பாவில் போட்டுத் திரும்ப அலமாரியில் வைக்கும்படி பழக்கினால் அவர்களை அறியாமலே சாமான்களை எடுத்தது போலவே திரும்ப வைக்கும் நல்ல பழக்கம் படியும்.

—எம். உமா.





வாயைத் திறக்க

“இப்பல்லாம் வாயைத் திறக்கவே பயமாயிருக்கு, டாக்டர்” என்றேன் நான்.

“ஏன், வீட்டிலே ஏதாவது கசாமுசாவா? எது சொன்னாலும் தப்பா எடுத்துக்கறாங்களா?” என்று சிரித்தார் டாக்டர். என் குடும்ப நண்பர். அதனால் சுவாதீனமாகப் பேசுவார்.

“இல்லை. என் வாயிலே கோளாறு! எதிரே நிற்கிறவர் மூக்கைப் பொத்திக் கொள்கிறார் அல்லது அப்புறம் பார்க்கிறேன் என்று சொல்லி விட்டு ஓடுகிறார்.”

“ஓஹோ, ஹாலிடோசிஸ் (Halitosis) வந்திருக்கா? பயப்படாதீங்க. சரி பண்ணிடலாம்.”

“அப்படி ஒரு வியாதியா?”

“வியாதியில்லை. ஹாலிடோசிஸ் என்றால் நாறும் மூச்சு என்றுதான் அர்த்தம். பெரும்பாலும் அது வாயிலிருக்கிற கிருமிகளால்தான் வருகிறது. ஆனால் வேறு சில காரணங்களாலும் வரலாம்.”

“வாசனைப் பாக்கு போட்டுக்கலாமா?”

“போட்டுக்கலாம். ஆனால் அதனாலே வேறு பல தீங்குகள் வரும். வாயிலே எச்சில் சரிவர ஊறாத போது வாய் நாற்றம் ஏற்படும். வாயிலே நிறைய கிருமிகள் இருக்கு.

பற்களின் இடுக்கிலே சிக்கியிருக்கிற உணவுத் துணுக்குகள், வாய்க்குள் பிய்ந்து விழுகிற திசுக்கள் ஆகியவற்றிலிருக்கிற புரதத்தை அவை உண்டு, கெட்ட நாற்றமுடைய வாயுக்களை வெளிவிடுகின்றன. அழுகின முட்டையைப் போல நாறுகிற ஹைட்ரஜன் சல்பைடு அவற்றில் முக்கியமானது. இன்னொன்று



மூடியலெல்லையா?

செய்தால் அந்தக் கிருமிகள் பெருகுவது தடைப்படும். ராத்திரி தூங்குகிற போது வாயை மூடிக் கொண்டிருப்பதாலும் எச்சில் ஊறுவது குறைவதாலும், விழித்தெழுந்தவுடன் வாய் பயங்கரமாக நாறுகிறது."

"புகை பிடிப்பது, மது அருந்துவது, பட்டினி கிடப்பது, நீண்ட நேரம் பேசுவது, வாயினால் சுவாசிப்பது ஆகிய காரியங்களால் வாய் வறண்டு போகும். வயதாக வயதாக வாயில் எச்சில் ஊறுவது குறையும். இளைஞர்களை விட முதியவர்களுக்கு வாய் நாற்றக் கோளாறு அதிகமாக வருவதற்கு இதுதான் காரணம். சிறு குழந்தைகளுக்கு நிறைய எச்சில் ஊறும். வாயில் கிருமிகளும் குறைவாயிருக்கும். அதனால்தான் அவற்றின் வாய் மணக்கிறது!"

"வாய் உலர்வதால் ஏற்படும் துர்நாற்றம் சாப்பிட்டால் போய் விடும். உணவைக் கண்டதும் வாயில் நிறைய எச்சில் ஊறுவதே அதற்குக் காரணம். பாக்கு, சூயிங்கம் ஆகியவையும் எச்சில் ஊற உதவுகின்றன. எலுமிச்சை ரசத்தைத் தண்ணீரில் கலந்து குடிப்பது வாய் நாற்றத்தைக் குறைக்கும்."

"பல் துலக்கும் போது நாக்கு, அண்ணம், கன்னப் பகுதி ஆகியவற்றை முழுமையாகச் சுத்தம் செய்ய வேண்டும். பல்லிடுக்குகளில் சிக்கியிருக்கிற உணவுத் துகள்கள் வெளியேறும்படி பிரஷ்ஷால் தேய்க்க வேண்டும்."

"மௌத் வாஷ் என்று ஒரு மருந்து விற்கி

மிதைல் மெர்க்காப்டான். அது பழைய குப்பை மாதிரி நாறும். சமையல் வாயுவில் அதைத்தான் கலக்கிறார்கள். சமையல் வாயுவுக்குச் சொந்தமாக வாசனை கிடையாது. சிலிண்டரில் கசிவு ஏற்பட்டால் உடனே தெரிய வேண்டும் என்பதற்காக அந்த வாயுவுடன் மிதைல் மெர்க்காப்டானைக் கலக்கிறார்கள்.

"வாயை மூடிக்கிட்டிருக்கிறதுதான் சௌகரியம்."

"அப்படியில்லை. வாயிலிருக்கிற கிருமிகள் ஆக்சிஜனில்லாத சூழ்நிலையில் செழித்து வளரும். வாயை மூடிக்கிட்டிருந்தால் அவற்றுக்குத்தான் வசதி. வாயைத் திறந்து வைத்துக் கொண்டு, நிறைய எச்சில் ஊறிவரும்படி

நார்களே அதனால் பிரயோசனமுண்டா?"

"இதிலே பல வகை உண்டு. தன் சொந்த வாசனையால் வாய் நாற்றத்தை அவை மறைக்கின்றன. அது கூட அரை மணி நேரத்துக்கு மேல் நீடிக்கிறதில்லை. சில மௌத் வாஷ்களில், வாயிலுள்ள கிருமிகளைக் கொல்லும் ரசாயனம் சேர்க்கப்படுகிறது. ஆனாலும் பல் இடுக்குகளிலுள்ள காரை, கோழை ஆகிய வற்றுக்குள் ஒளிந்து கொண்டிருக்கிற கிருமிகளை அது கொல்ல முடிவதில்லை. சில மௌத்வாஷ்களில் ஆல்கஹால் கலக்கப்படுகிறது. அது வாயை உலர வைத்து வாய் நாற்றத்தை அதிகப்படுத்தி விடும்."

"பூண்டு, வெங்காயம் போன்றவை வாய் நாற்றத்தை உண்டாக்கும் போது, எவ்வளவு முறை வாயைக் கொப்பளித்தாலும் நாற்றம் போகிறதில்லையே, ஏன்?"

"பூண்டு நாற்றம் வாயிலிருந்து வருகிறதில்லை. பூண்டு வயிற்றில் ஜீரணமானதும் அதிலிருக்கிற கந்தகச் சேர்மங்கள் ரத்தத்தில் கலந்து விடுகின்றன. ரத்தம் நுரையீரலுக்கு வரும் போது அவை மூச்சுக் காற்றில் கலந்து வெளிப்படுகின்றன. வெங்காய நாற்றமும், மது நாற்றமும் கூட அப்படித்தான் மூச்சுக் காற்றுக்கு வருகின்றன. அவை வியர்வையில் கூட நாற்றத்தை உண்டாக்கும். இன்னொரு வியப்பூட்டும் விஷயம் என்னவெனில் பூண்டைச் சாப்பிடாமலேயே மூச்சுக் காற்றில் அந்த நாற்றத்தை உண்டாக்க முடியும். பூண்டை இடித்து அதன் சாற்றை உள்ளங்காலில் தடவி விட்டால், கந்தக ரசாயனங்கள் தோலிலுள்ள துளைகள் மூலம் ரத்த ஓட்டத்தில் கலந்து நுரையீரலுக்கு வந்து விடும்!"

"அதற்கு நிவாரணம் ஏதாவது உண்டா?"

"பூண்டு அல்லது வெங்காயம் கலந்த மசாலாக்களை உட்கொண்டால் நிறையத் தண்ணீர் குடிக்க வேண்டும். அப்போது நாற்றம் சீக்கிரமாக மறையும்."

"எதற்கு வம்பு, நான் பூண்டு சாப்பிடுவதை நிறுத்தி விடுகிறேன்."

"சில பேருக்கு டிரைமிதைலாமினூரியா (tri-methylaminuria) என்ற வளர்சிதை மாற்றக் கோளாறு இருக்கும். அவர்களுடைய உடம்பில் மீன் நாற்றம் அடிக்கும். அதற்குக் காரணம் கோலீன் (choline) என்ற உணவுச் சத்து பெருங்குடலில் டிரைமிதைலமீன் என்ற பொருளாக மாறுவது. அதை ஒரு என்சைம் ஜீரணம் பண்ணி வாசனையற்றதாக்கி விடும். உடலில் அந்த என்சைம் போதுமான அளவில் இல்லாத போது டிரைமிதைலமீன் உடலில் பரவி மீன் நாற்றத்தை மூச்சிலும், வியர்வையிலும், சிறுநீரிலும் உண்டாக்கும்."

"பட்டினி கிடக்கிறவர்களின் உடலில் கொழுப்பு எரிக்கப்படும் போது அசிட்டோன் வெளியாகி உடலிலும் வாயிலும் ஒரு நாற்றத்தை உண்டாக்கும். விரதம் இருப்பவர்கள் அடிக்கடி வாயைக் கழுவுவதுடன் நிறையத் தண்ணீர் குடிப்பது நல்லது."

"வாயை முழுமையாகக் கழுவுவது முக்கியம். பற்காரையை அடிக்கடி மருத்துவரின் உதவியுடன் நீக்க வேண்டும். நாக்கை மென்மையான பிரஷ்ஷினால் தேய்த்து, அதில் வெள்ளையான படலம் மறைந்து, ரோஜா நிறம் தோன்றும் வரை கழுவ வேண்டும். அடி நாக்கு வரை இவ்வாறு சுத்தம் செய்வது அவசியம். பிளாஸ்டிக்கினாலான நாக்கு வழிப்பானை அடிக்கடி பயன்படுத்தி நாக்கைச் சுத்தம் செய்ய வேண்டும். நாக்கில்தான் நிறையக் கிருமிகள் குடியிருக்கின்றன. குளோரின் டையாக்சைடு கலந்த நீரால் வாயைக் கழுவுவது அவற்றைக் கொல்ல உதவும்."

"வாய் நாற்றம் மருத்துவருக்கு நோயறிய உதவுகிறது. சைனஸ் கோளாறு, வயிற்றுப் பிதுக்கம் போன்றவை வாய் மூலம் வரும் நாற்றத்தை ஏற்படுத்தும். பல மருந்துகளும் வாயை உலர வைத்துக் கிருமிகள் வளர வசதி செய்து கொடுப்பதன் மூலம் வாய் நாற்றத்துக்குக் காரணமாகின்றன. சில பெண்களுக்கு மாதவிடாய் வரும் முன் மூச்சுக் காற்றில் நாற்றம் தோன்றும். உடலில் ஹார்மோன் மாற்றம் காரணமாக வாயில் கிருமிகள் பெருகுவதே இதற்குக் காரணம்."

"வாய் நாற்றத்தை நீக்குவது உடனடியான தேவை. பலருக்கு அது ஒரு தாழ்வு மனப்பான்மையை உண்டாக்கி விடும். பிறருடன் கலந்து பழகுவதைத் தவிர்க்க முயன்று அவர்கள் தமது தொழில், வியாபாரம், பொழுது போக்கு போன்றவற்றில் பின்தங்கி விடுவார்கள். வாய்நாற்றத்தைப் போக்கி விடுவது மிக எளிது. மருத்துவரைத் தயக்கமின்றி அணுகி நிவாரணம் பெறலாம்."

"வாய் நாற்றம் மோசமாகி விட்டதை எப்படி அறிவது?"

"உங்கள் மனைவியிடம் கேளுங்கள். அதற்கு அவர்தான் சிறந்த மதிப்பீட்டாளர்."

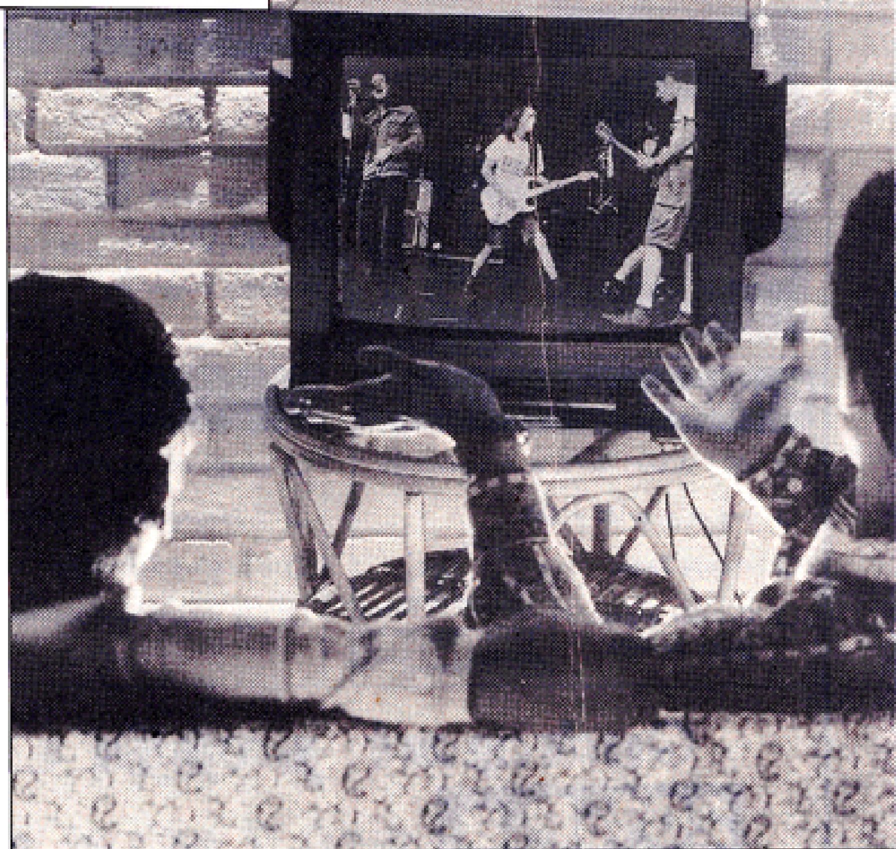
— கே. என். ராமசந்திரன்

வெங்காய பக்கோடா செய்யும் போது, பாதி வெங்காயத்தையும், இஞ்சியையும் மிக்சியில் அரைத்து எடுத்து அந்த விழுதை மாவில் கலந்து செய்தால் பக்கோடா "கமகம"வென்று வரும். பூண்டு சேர்ப்பவர்கள் பூண்டையும் சேர்த்து அரைக்கலாம்.

- ஷோபனா ஸ்ரீனிவாசன்.



டிரஸ்ட் ப்ளாஸ்



INVITES DEPOSITS

Fixed Deposits will be accepted at the following rates of interest and subject to the terms and conditions as indicated in the form of application of deposit available at the administrative Office and other branch offices of the Company.

DEPOSIT SCHEMES

CUMULATIVE DEPOSIT SCHEME			FIXED DEPOSIT SCHEME	
Period in Months	For Rs. 1000 Deposit Amount Payable on Maturity	Effective Annual Yield	Period in Months	Rate of Interest per annum Monthly Quarterly
12 Months & 1 Day	Rs. 1150/-	15.00%	12 Months & 1 Day	
24 Months & 1 Day	Rs. 1321/-	16.05%	24Months & 1 Day	
36 Months	Rs. 1518/-	17.27%	36 Months	
48 Months	Rs. 1745/-	18.63%	48 Months	14% 14.16%
60 Months	Rs. 2006/-	20.12%	60 Months	

RECURRING DEPOSIT SCHEME (Minimum Rs. 500/-)			
Period in Months	Rate of Interest Per Annum	Maturity Value (for Rs. 500)	For Every Additional Rs. 100/-
12 Months & 1 Day	14%	Rs. 6480/-	Rs. 1296/-
24 Months & 1 Day		Rs. 13915/-	Rs. 2783/-
36 Months		Rs. 22470/-	Rs. 4494/-

1. Interest warrants payable at par at all branches of SBI.

Information required to be specified as per Non-Banking Financial Companies (Reserve Bank) Direction, 1977 and Non Banking Financial Companies and Miscellaneous Non-Banking Financial Companies (Advertisement) Rules, 1977, are given below.

A. Name of the Company : The Investment Trust of India Ltd.

B. Date of Incorporation : 2nd August 1946

C. Business carried on by the Company and its subsidiaries with details of branches or units, if any : Business: Hire Purchase Financing, Investments, Leasing, Industrial Financing, Mortgage Financing etc. Subsidiary : I.T.I. Pioneer AMC Ltd. And I.T.I. Capital Markets Ltd. Branches : Madras, Coimbatore, Dindigul, Erode, Kallakurichi, Madurai, Nagercoil, Salem, Thanjavur, Trichy, Tirunelveli, Tirupur, Tuticorin, Vellore, Karaikal, Pondicherry, Calicut, Cochin, Kottayam, Trichur, Trivandrum, Hubli, Bangalore, Mysore, Hyderabad, Anantapur, Nellore, Proddatur, Rajahmundry, Visakhapatnam, Vijayawada, Bombay, Calcutta, New Delhi, Rajkot, Surat. Regd. Office: 117, Nungambakkam High Road, Madras 600 034.

D. Brief Particulars of the Management of the Company.
The Company is managed by the Managing Director under the supervision, direction and control of the Board of Directors.

E. Name, address & occupation of the Directors.
Mr. B.H. KOTHARI, Chairman & Managing Director, "Kothari Bagh", 11, Nungambakkam High Road, Madras 600 034, Industrialist. Mr. A.L. MUDALIAR, "Anand", 858, Poonamallee High Road, Kilpauk, Madras - 600 010, Business Executive & Management Consultant. Mr. G.K. SUNDARAM, "Rasakondalu" Circuit House Road, Coimbatore 641 018, Industrialist. Mr. G. CHIDAMBAR, 101-A, Janakpuri, 2nd St. Off : Velachery Road, Madras 600 032, Former Managing Director-LIC. Mr. N. SRINIVASAN, T-18, Sixth Avenue, Besant Nagar, Madras 600 090, Chartered Accountant. Mr. RAM GANAPATHI, No. 27, "Ashok Crescent", D.L.F. Kudap Enclave, Phase-1, Gurgaon, Haryana - 122 001. Former Chairman of BIFR. Mr. C.R. RAMAKRISHNAN, "Meenakshi", No.4, Sir P.S. Sivasamy Road, Mylapore, Madras 600 004, Former Joint Managing Director of Larsen & Toubro Ltd. Mr. M.R. SHAH, A-23/24, Woodlands Apartments, Peddar Road, Bombay 400 026, Business.

ICRA RATING
MAA+
HIGH SAFETY

24 மணிநேரமும் உங்களுக்குக் கிடைக்கும் எல்லாமே மகிழ்ச்சி தரும் என்பதில்லை.

ரிமோட் கண்ட்ரோல் பட்டன்களை அழுத்துவதற்குத் தேவைப்படும் முயற்சியை விட சிறிது அதிகமான யற்சி எடுத்துக்கொண்டால், நீங்கள் இப்போது இரவு பகலின்றி எந்த நேரமும் ITI -யுடன் தொடர்பு காள்ளலாம். ஒரே ஒரு டெலிபோன் செய்யுங்கள்.* மறுகணமே நாங்கள் உங்கள் வீட்டுக்கு வந்துவிடுவோம். உங்கள் பணத்தை ஆண்டுக்கணக்கில் எங்களிடம் நம்பிக்கையுடன் வைக்க விரும்புவதற்கு, எங்களது 24 ணிநேர சேவை மட்டுமே போதுமா? எல்லா வகையிலும் உங்களுக்கு உதவ ITI எப்பொழுதும் காத்திருக்கிறது. டுத்துக்காட்டாக, உங்களுக்கு இலவச வரி ஆலோசனை** அளிப்பது. ➢ அவசரமாகத் தேவைப்படும்போது ங்கள் டெபாசிட்டை முதிர்வு காலத்துக்கு முன்பே வழங்க உதவுவது. உங்கள் வீட்டுக்கே வந்து உதவி செய்வது. ங்கள் டெபாசிட் செய்ய எங்களிடம் வரவேண்டிய சிரமத்தைத் தவிர்ப்பது. ➢ எங்களது 36 கிளை லுவலகங்களின் மூலம் எங்களுடன் எளிதில் தொடர்புகொள்ளும் வசதி அளிப்பது. இக்காரணங்களால்தான் தன்னிந்தியாவிலுள்ள பெரும்பாலான குடும்பங்கள் ITI -யில் முதலீடு செய்வதில் முனைந்துள்ளன. இது ம்பிக்கையின் அடிப்படையில் உருவான மரபு. இன்னும் இப்படி எத்தனையோ. இந்த உதவிகள்தான் I-யை சிறப்பாக இயங்கச் செய்கின்றன. ITI எனில் கூடுதலான நன்மைகள்.



தி இன்வெஸ்ட்மென்ட் டிரஸ்ட் ஆஃப் இந்தியா லிமிடெட்.

ஒரு H. C. கோத்தாரி குரூப் கம்பெனி

"மஷ்கூர் பில்டிங்ஸ், 1, கிருஷ்ணமாசாரி சாலை, நுங்கம்பாக்கம், சென்னை-600 034.
தொ.பே: 8276297, 8274885, 8271691, 8274871.*

*இந்த சேவை சென்னைக்கு மட்டுமே விஸ்தரிக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த சேவையால் ஏற்படும் பொறுப்புகளுக்கு ITI பொறுப்பாளி அல்ல.

(F) Profits of the Company before and after making provisions for tax for the three financial years immediately preceding the date of advertisement

(G) Dividend declared by the Company in respect of the said year. (Rupees in lakhs percentage).

	Profit before Depreciation & taxation	Profit before taxation	Profit after taxation	Amount (Rs. in lakhs)	Percentage
	(Rupees in lakhs)				
31-3-94	752.34	434.91	411.91	76.27	35
31-3-93	474.37	307.08	291.08	76.27	35
31-3-92	312.81	187.44	183.19	56.10	28

I) Summarised financial position of the Company as appearing in the two latest Audited Balance Sheets:

LIABILITIES	31-3-94 (Rs. in lakhs)	31-3-93	ASSETS	31-3-94 (Rs. in lakhs)	31-3-93
Share Capital	217.88	217.67	Fixed Assets	3239.01	2438.88
Reserves & Surplus	1233.31	897.35	Investments	741.13	215.66
Secured Loans	3229.69	2766.40	Current Assets, Loans & Advances	8671.19	6066.06
Unsecured Loans	5290.77	2802.41	Miscellaneous Expenditure	14.79	16.22
Current Liabilities	2535.08	1916.60			
Provisions	159.39	136.39			
	12666.12	8736.82		12666.12	8736.82

Note : Contingent Liabilities not provided for

(i) On partly paid Shares and Debentures — Rs. 5.08 lakhs
(ii) Sales tax on lease contracts under writ petitions — Rs. 22.35 lakhs

I. The amount which the company can raise by way of deposit under Reserve Bank of India directions — Rs. 143.64 crores.
Aggregate of deposits actually held on the last day of the immediately preceding financial year, viz 31-3-94 — Rs. 37.88 crores.

J. The Company has no over due deposits other than unclaimed deposits.

K. It is hereby declared that :-
(i) The company has complied with the applicable provisions of the directions
(ii) The compliance with the directions does not imply that the repayment of deposits is guaranteed by the Reserve Bank of India.
(iii) The deposits accepted by the Company are unsecured and rank pari passu with other unsecured liabilities.

The above text of this advertisement has been approved by the Board of Directors on 27-5-94

(By order of the Board)
For The Investment Trust of India Limited

P.S. Balasubramanian
Chief Executive and Secretary.

Note : A copy of this text duly signed by a majority of the Directors of the Company has been filed with the Reserve Bank of India, Bangalore.



பெண்களின் உள்ளாடை சமாசாரங்கள் என்பது இப்பொழுதெல்லாம் சர்வசகஜமான விஷயம். கணவன்மார்களே மனைவிகளுக்கு சைஸ் சொல்லி 'ப்ரா' வாங்கிப் போகும் அளவுக்கு சாதாரணமாகி விட்ட விஷயம். ஆனால் நாற்பத்தி ஐந்து வருடங்களுக்கு முன் இத்துறையில் பெரும் புரட்சியையே செய்தவர் ஒருவர் இருந்தார் என்றால் அவர் எம். ஜி. நாயுடு தான். நாயுடு ஹால் என்று இன்று மிகப் பிரபலமாக இருக்கும் உள்ளாடை மற்றும் ரெடிமேட் உடைகளின் கேந்திரமாக விளங்கும் நிறுவனத்தின் நிறுவனர் இவர் தான்.

குடியாத்தம் வேலூர் அருகிலுள்ள ஊர். கோவிந்தராஜுலு என்ற ஒரு சிறுவன் அருமையாக ஆடு ஒன்றினை வளர்த்துக் கொண்டிருந்தான். அதன்மேல் அன்பையும் பாசத்தையும் பொழிந்து வளர்த்தான். ஒரு நாள் இவன் வெளியே போய்விட்டு வந்த நேரம் வீட்டிலே ஆட்டைக் காணவில்லை. அம்மா இல்லாத சிறுவனான அவனுக்குச் சித்தியைக் கேட்க பயம். இருந்தாலும் தைரியத்தை வரவழைத்துக் கொண்டு விசாரித்தபோது -

கதறிவிட்டான் கோவிந்தராஜுலு. அவனுடைய அருமையான ஆடு அன்று



• எம். ஜி. நாயுடு தம்பதியினர்.....

வெட்டப்பட்டு அறுசுவை உணவாகிவிட்டது. துடித்துப் போன சிறுவன் அந்தக் கணமே வீட்டில் தங்க விரும்பவில்லை. உடுத்த துணியோடு கால் போன போக்கில் நடந்து கொண்டிருந்த அவன் ஏதோ ஒரு ஸ்டேஷனை அடைந்தான். வந்து நின்ற ஏதோ ஒரு வண்டியில் ஏறினான். அவனுக்கு உலகமே வெறுத்துப் போயிருந்தது.

இந்தச் சிறுவனின் அழுத கண்களையும்,

வெற்றிப் பாதையில்.....

வெறித்த பார்வையையும் கவனித்த அதே வண்டியில் வந்த முஸ்லிம் பெரியவர் ஒருவர் அன்போடு விசாரித்தார். அவனுக்கு ஆதரவாகப் பேசினார்.

"தம்பி, இந்த ட்ரெயின் பெங்களூர் போகுது. நான் அங்கேதான் போகிறேன். என்னோடு வந்து விடுகிறாயா?'' என்றார் கனிவாக.

சிறுவனுக்கு வேறு வழி? அவருடனேயே சென்று பெங்களூரை அடைந்தான். பெரியவர் பராமரிப்பில் வளர்ந்த அவன், அவருடைய தொழிலான டெய்லரிங்கைக் கற்றுக் கொண்டான். வயது முதிர்ந்த முஸ்லிம் பெரியவர் இறந்து போனார்.

கோவிந்தராஜுலு இனி மேல் பெங்களூரில் இருப்பதில் அர்த்தமில்லை என

பெண்களுக்கு இன்றியமையாத ஒன்று!



• 'ப்ரா' செக்‌ஷன்.....



சென்னை வந்து ஒரு சிறிய ஷெட்டில் ஒரே தையல் மெஷினுடன் தன் தொழிலை ஆரம்பித்தார்.

ஐம்பது வருடங்களுக்கு முந்தைய அந்தக் காலத்தில் பெண்கள் கடைக்கு வந்து 'ப்ரா' வாங்குவது என்பது அபூர்வம். வந்தாலும் ஏதோ வெட்கக்கேடான விஷயம் போல இரகசியமாக வந்து போவார்கள். இதன் இடையில் கோவிந்தராஜுலு நாயுடு எனும் எம். ஜி. நாயுடு தைத்துக் கொடுத்த 'ப்ரா'க்களும், ரவிக்கைகளும் கனகச்சிதமாகத் தங்களுக்குப் பொருந்துவதை உணர்ந்த பல பெண்களும் இவருக்கு நிரந்தர வாடிக்கையாளர்கள் ஆனார்கள். இவற்றையெல்லாம் கவனித்த எம். ஜி. நாயுடு அப்போதுதான் இந்த வியாபாரத்தில் பெரும் திருப்பத்தைக் கொண்டு வந்தார்.

இன்று வீடு வீடாகச் சென்று சாமான்களை 'கேன்வாஸ்' செய்யும் 'சேல்ஸ் கேர்ள்ஸ்' புதிய விஷயமில்லை. ஆனால் ப்ரா வாங்கக் கடைக்கு வரக் கூச்சப்படும் பெண்களை நேரில் வீட்டிலேயே சென்று பார்த்து அவர்களுக்கு பாடிகளை விற்பது என முடிவு செய்து அதற்காகப் பெண்களை நியமித்தார். அதேபோல தன்னுடைய கடையிலும் கவுண்ட்டர்களில் பெண்களை நியமித்தவர் இவர்தான்.

இவர் நியமித்த பெண்கள் சென்னை மட்டுமல்லாமல் பாண்டிச்சேரி, கோயமுத்தூர் என எல்லா ஊர்களுக்கும் செல்ல ஆரம்பித்தார்கள். பாம்பேயில் இருந்துதான் 'ப்ரா'க்கள் வரவேண்டும் என்ற நிலை மாறி நாயுடு ஹால் பாடிகள் பிரபலமாக ஆரம்பித்தன. இப்படி வளர ஆரம்பித்த நாயுடு ஹால் இன்று விரிந்த ஆல மரமாக வளர்ந்திருக்கிறது என்றால் அதற்குக் காரணம், தான் கொண்ட தொழிலில் எம். ஜி. நாயுடுவிற்கு இருந்த ஈடுபாடும், 'எப்படியேனும் இதில் சாதித்தே ஆகவேண்டும்' என்ற அவருடைய பிடிவாதமும்தான். ஒரு தையற்காரர் பெரும் வியாபாரப் புள்ளியாக மாறியது ஒரு விந்தையான கதைதான்.

வயதான பிறகு அவரால் 'கட்' செய்து

• நாயுடு உபயோகித்த டேபிள், கண்ணாடி, அளவு 'டேப்'....



தைப்பது என்பதெல்லாம் முடியவில்லை. மகன்கள் நன்கு வியாபாரத்தைப் பார்த்துக் கொண்டார்கள். ஆனாலும் பல பெண்கள் ''அவர்தான் எங்களுடைய ரவிக்கைகளை 'கட்' செய்து தரவேண்டும்...'' என்று பிடி வாதம் பிடிப்பார்களாம்.

எம். ஜி. நாயுடு 'ஃபுல் ப்ரா' எனப்படும் அந்தக் கால 'ஜம்ப்பர் பாடி' எனும் முழுமை யாகப் பின்னால் மறைக்கும் பாடிகளையும், எலாஸ்டிக் வைத்துத் தைக்கும் பாடிகளையும் உருவாக்கியிருந்தார்.

ஆனால் கால ஓட்டத்தில் எண்ணற்ற மாடல்கள் எங்களிடம் இருக்கின்றன'' என் கிறார்கள்.

இவர்களிடம் இருக்கும் அத்தனை மாடல் களையும் பொம்மைக்குப் போட்டு அலமாரி மேலே வைத்திருக்கிறார்கள். பெண்கள் அவற் றைப் பார்த்து எந்த மாடல் பிடித்திருக்கிறதோ அதைச் சுட்டிக்காட்டி வாங்கிச் செல்லலாம். 'ஒருவேளை அத்தனை மாடல்களையும் வாங்க வருபவர்கள் பார்க்காமல் போய்விட்டால்...' என்ற முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கையாக இப்படிச் செய்கிறார்களாம். அதேபோல 'ப்ரா'க்களுக்கு என்றே இருக்கும் கவுண்ட்டர்



மாடல்கள் இவற்றில் வர ஆரம்பித்துவிட்டது தான் உங்களுக்குத் தெரியுமே? அவருடைய மகன்கள் வெளிநாடுகளுக்குப் போகும்போது புதிய புதிய மாடல்களை வாங்கிக் கொண்டு வந்தார்கள்.

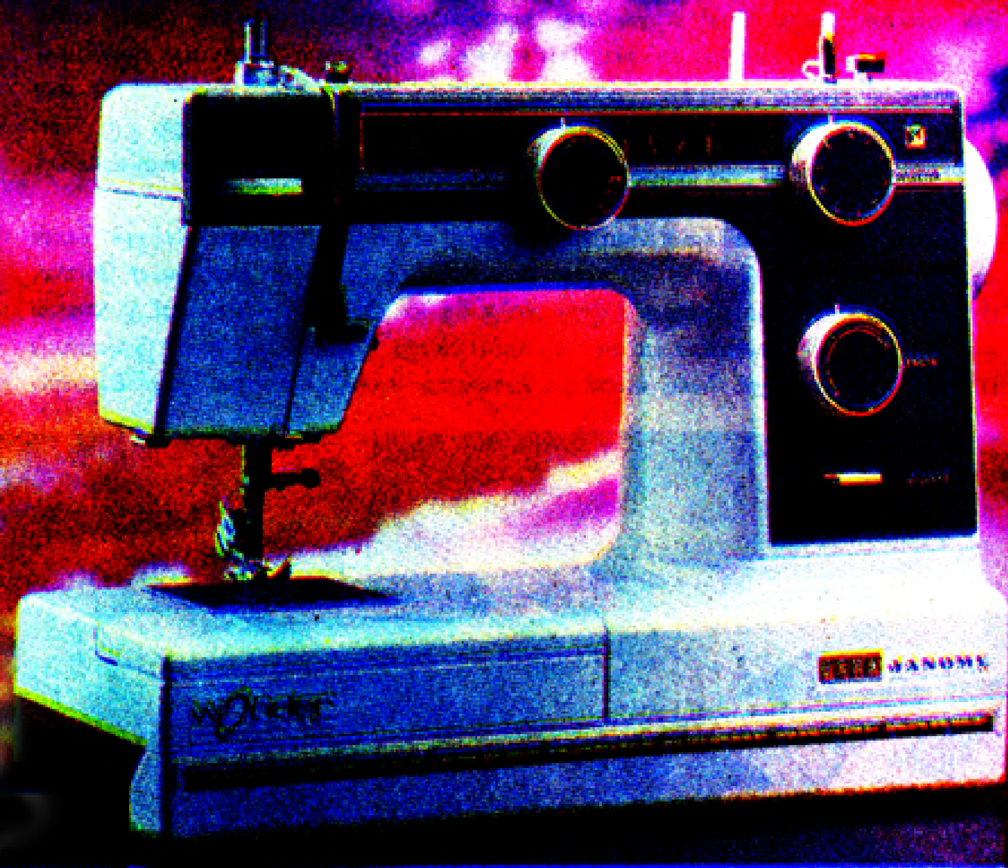
''அவையெல்லாம் சிந்தடிக் துணியால் இருக்கும். வெளிநாட்டுப் பெண்களுக்கா னவை. இந்த இரண்டையும் கருத்தில் கொண்டு நம் நாட்டுப் பெண்களுக்கு ஏற்ற முறையில் பருத்தியில் புதிய மாடல்களை உருவாக்கினோம். இன்றைக்கு ஏராளமான

களில் ஆண்கள் வரக் கூடாது என்று போர்டு போட நினைத்தார்களாம். ஆனால் சில சமயம் மனைவிகளுக்காகத் தனியே வாங்க வருபவர் கள் இருக்கிறார்கள் என்பதால் அந்த எண்ணத் தைக் கைவிட்டுவிட்டார்களாம்.

இன்று ஒவ்வொரு பெண்ணிற்கும் இன்றி யமையாததாக ஆகிவிட்ட 'ப்ரா'க்கள் எப்படி உருவாகின்றன? நாயுடு ஹால் ப்ராக்கள் உரு வாகும் தொழிற்சாலைக்குப் போனோம்.

நீ....ளமான மேஜையில் ஓர் அடுக்குத் துணி சுருக்கம் இல்லாமல் விரித்து வைக்கப்

இந்தியாவின் முதலாவது சூப்பர்-ஆட்டோமேடிக் தையல் மெஷின்



தொழில் நுட்பம்

பேட்டர்ன் செலக்டர் டயல்
வகைவகையான பேட்டர்ன்களில் இருந்து தேர்ந்தெடுக்க ஒரு டயல் சுழற்றினாலே போதும்.

முகப்பு பிளேட்டில் தகவல்கள்
தடிமனான புத்தகங்கள் இல்லை. ஒரு பார்வையிலேயே வேண்டியதை அறியலாம்.

தையல் செலக்டர்
ஸிக்-ஸாக் முதல் நேர்த்தையல் வரை ஒவ்வொரு முறையும் புது டிசைன் உருவாக்கலாம்-ஆட்டோமேட்டிக் காஜா வசதியும் உண்டு.

உள்ளமைப்பு விளக்கு
தையல் மீது வெளிச்சம் விழுவதால் சிரமமின்றி தைக்கலாம்.

ஸ்நாப்-ஆன் பிரஸ்ஸர் ஃபுட்
பிக்கோ, கார்டிங், ஜிப் வைப்பது, பித்தான் வைப்பது, காஜா போடுவது, எந்த வேலையானாலும் பிரஸ்ஸர் ஃபுட்டை அழுத்தி மிக எளிதாகச் செய்யலாம்.

டைமண்ட் வடிவ ஃபீட் டாக் டீத்
ஸிக்-ஸாக் ஸ்ட்ரெட்ச் தையல் அல்லது மிகவும் உறுதியான மூன்று தையலை மிகவும் சௌகரியமாகத் தைக்கலாம்.

ஃப்ரீ ஆர்ம்
கை கஃப்புகள் அல்லது சல்வார் ஹெம்களைக் கூட சிரமமின்றி தைத்திட அகற்றத்தக்க ஆர்ம் உதவுகிறது.

லேசான எடை
கையடக்கமானது. எளிதில் எடுத்துச் செல்லலாம். எனவே, பத்திரமாக எடுத்துவைத்து வேண்டும்போது வெளியே எடுக்கலாம்.

உள்ளமைப்பு மோட்டார்
பலமணி நேரமானாலும் சிரமமின்றி தைக்கலாம்.

தையலை சுலபமாக்கிடும்

ஒரு டயலைச் சுழற்றுங்கள். உஷா ஒண்டர்ஸ்டிட்ச் வழங்கிடும் அதன் வலுவான அம்சங்கள் அனைத்தையுமே. எனவே, மிகமிகக் கஷ்டமான தையல்களைக் கூட இப்போது ஒண்டர் ஸ்டிட்ச் செய்கிறது இதனால் மிகவும் சிக்கலான டிசைன்களைக் கூட நீங்கள் உருவாக்கலாம்-சுலபமாக.

புதிய உஷா ஒண்டர்ஸ்டிட்ச். இப்போது தன்னேரில்லாத ஒரு ஸ்டைலுடன் தைக்க உதவுகிறது.

Wonder STITCH

USHA JANOME JAPAN

இவ்வளவு சுலபமான தையல், இதற்கு முன்பு இல்லை.

பட்டிருக்கிறது. அதன்மேல் ஏராளமான சிறிய சிறிய வடிவங்கள் வரையப்பட்டுள்ளன. 32, 36 என எண்கள் வேறு. 'ப்ரா' எனும்போது அதனுடைய பாகங்கள் நிறைய. முன்பு வரும் 'கப்'கள், பிறகு இணைப்புப் பட்டை, 'கப்'களுக்குக் கீழே வரும் இணைப்பு, எலாஸ்டிக், எம்பிராய்டரி பூக்கள், லேஸ்கள், 'ஸ்டிராப்,' அவற்றை இணைக்கும் வளையங்கள் என நிறைய இணைக்கப்பட வேண்டும். அங்கே போய்ப் பார்த்தபோதுதான் தெரிந்தது ஒரு 'ப்ரா' முழுமையான வடிவம் பெற பல லட்சக்கணக்கான ரூபாய் மதிப்புள்ள எட்டு மெஷின்களைத் தாண்டி வரவேண்டும் என்று.

'மாஸ்டர் கட்டர்' துணிகளை வெட்டிக் கொடுத்து விடுகிறார். அதனைப் பெற்றுக் கொள்ளும் பெண் முதலில் இரண்டு 'கப்'களை இணைக்கிறார். அதுதான் அவருடைய வேலை. பிறகு அடுத்த மெஷினுக்குப் பயணிக்கிறது. அங்கு கீழ்ப்பட்டைகள் இணைக்கப்பட்டு தையல்கள் தெரியாதபடி இணைப்புப் பட்டை தைக்கப்படுகிறது. பக்கவாட்டுத் துணி இணைக்கப்படுகிறது. பிறகு சுற்றிலும் லேஸ், எலாஸ்டிக் போன்றவை தைக்கப்படுகின்றன. ஸ்டிராப்பையும்,



• பல பாகங்களை இணைக்கிறார்கள்....

வளையத்தையும் இணைத்து இணைத்து ஒரு பெண் தைத்துக் கொண்டிருந்தார். கொக்கி, வளையம், எலாஸ்டிக், ஸ்டிராப் இவை கடைசியாகப் பொருத்தப்பட்டு முழுமையான 'ப்ரா' வடிவம் பெறுகிறது.

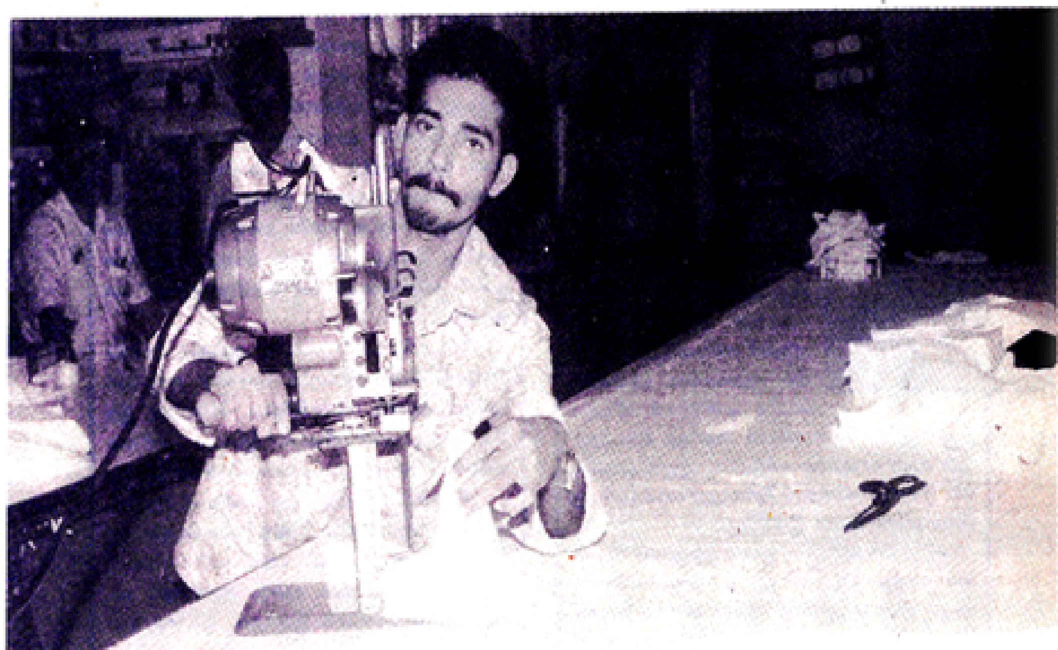
முன்பெல்லாம் வெள்ளை பாடிகள்தான். பிறகு, கறுப்பு, சருமக் கலர் என்று வந்தன. இங்குதான் எத்தனை விதங்கள்! முழுக்க 'லேஸ்' இணைக்கப்பட்டவை, வெவ்வேறு விதமான மாடல்கள், 'சேடின்' துணி இணைந்தவை, பூப் போட்டவை, பொட்டு பொட்டாக இருப்பவை என தைத்துக் குவித்துக் கொண்டிருந்தார்கள்.

பிரசவ பெல்ட்....

"முன்பெல்லாம் கொஞ்ச நாட்களில் எலாஸ்டிக் வலுவிழந்துவிடும். ஆனால் இப்பொழுது முழுக்க முழுக்க நாங்கள் மிகத் தரமான 'எலாஸ்டிக்'கையே உபயோகிக்கிறோம். இவை தொய்ந்து போகாது. அதேபோல துணிகளும் மிக மென்மையாக இருக்கும். எலாஸ்டிக்கும் மிக மிருதுவானவையாக இருப்பதால் பெண்கள் மிகச் சுகமாக இவற்றை அணியலாம்."

என்கிறார்கள் எம். ஜி. நாயுடுவின் மகன்கள். ஒரு டேபிள், ஒரு தையல் மிஷின் என்னும் அளவில் எம். ஜி. நாயுடுவால் ஆரம்பிக்கப்பட்ட 'ப்ரா' தொழிற்சாலை இன்று வெளிநாட்டு 'ப்ரா'க்களையும் மிஞ்சி நிற்கிறது என்றால், கால ஓட்டத்தில் நவீன நாகரிகத்தைப் புரிந்து கொண்ட இவருடைய மகன்கள் அதற்கேற்ப தங்களையும் மாற்றிக் கொண்டதுதான். இன்று ரெடிமேட் உடைகளையும் வைத்துக் கொண்டிருந்தாலும் 'ப்ரா செக்ஷன்'தான் இவர்களுக்கு விசேஷ மதிப்பிற்குரியது. ஏனென்றால் 'சாப்பாட்டிற்கு இல்லாமல் தன்னுடைய தந்தை இருந்து வளர்த்த தொழில்' என்ற மரியாதைதான் காரணம்.

"இன்றும் தந்தையார் தயாரித்த 'ஜம்ப்பர் பாடி' மாடல்களையே வாங்கிச் செல்பவர்களும்



• துணியை 'கட்' பண்ணுகிறார்....

இருக்கிறார்கள். அவர்களுக்காகத் தொடர்ந்து அதே மாடல்களையும் தயாரிக்கிறோம். அதேபோல இன்றைய மாடர்ன் பெண்களுக்கு ஏற்ற ஏராளமான மாடல்களிலும் தயாரிக்கிறோம். தந்தையார் இத்தொழிலில் செய்த இன்னொரு புரட்சி பெண்களுக்கான 'இடுப்பு பெல்ட்' தயாரித்ததுதான்."

பிரசவித்த பெண்கள் வயிறு குறைய துணியை இழுத்துக் கட்டிக் கொண்டு அவஸ்தைப் படுவதை உணர்ந்த நாயுடு அதற்காக பெல்ட்டையே தயாரித்தார். அந்தக் காலத்தில் பல பிரபல நடிகைகள் கூட இந்த பெல்ட்டை அணிந்து வயிறு 'சிக்'கென இருப்பது போலத் தோற்றமளித்தார்கள். இந்த பெல்ட், 'ப்ரா'க்களையே நவீன வடிவம் பெற்று இன்றைய பெண் களுக்கு ஏற்ற முறையில் தயாரிக்கிறார்கள். பிரசவித்த பெண்கள் மட்டுமல்லாமல், வயிறு பெருகிவிடும் பெண்களும் இதை அணியலாம் என்கிறார்கள்.

'செய்யும் தொழிலே தெய்வம்' எனத் தான் ஏற்றுக் கொண்ட தொழிலில், தன்னுடைய காலகட்டத்தில் யாரும் நினைத்துப் பார்க்க முடியாத அளவிற்குப் புரட்சிகள் செய்து, இன்று

பல கோடி ரூபாய்க்கு வியாபாரம் செய்யும் நிறுவனமாக வளரக் காரணமாக இருந்தவர் எம். ஜி. நாயுடு எனும் எளிய மனிதர்தானே! பெண்கள் உலகம் இவருக்கு நிறைய நன்றிக்கடன் பட்டிருக்கிறது!

— பவித்ரா

புகைப்படங்கள் : யோகா

அந்த நாள் ஞாபகம்.....

நாயுடு ஹால் பத்மா' என்றே அழைக்கப்படும் திருமதி. பத்மா ஐம்பதுகளில் வீடு வீடாகச் சென்று ப்ராக்களை விற்றிருக்கிறார். அப்போது யாரும் செய்யாத செயல் அது. அவர் தன் சுவையான அந்த நாட்களை நினைவுகூர்கிறார் :-



"எல்லோருக்குமே நாங்கள் எடுத்துச் செல்லும் ப்ராக்களில் ஆசை உண்டு. ஆனால் வீட்டில் ஆண்கள் இருந்தால் வெட்கப் பட்டுக் கொண்டு வாங்க மாட் டார்கள். அந்த மாதிரி சந்தர்ப் பங்களில் நாங்களே நழுவி விடு வோம். அப்போது பெண்கள் யாரும் நினைத்துக் கூடப் பார்க் காத தொழில் அது. 'ஐயா'தான் எங்களை உற்சாகப்படுத்தி அனுப்பி வைப்பார். அந்த வகை யில் எத்தனையோ நடிகைகள்; பெரிய மனிதர்கள் வீட்டுப் பெண்கள் பரிச்சயம் எல்லாம் எனக்குக் கிடைத்தது. 'ப்ரா'வைப் பார்க்கவே கூச்சப்பட்ட அந்தக் காலத்தை யும், இந்தக் காலத்தையும் நினைத்துப் பார்க்கும்போது வேடிக்கையாகத்தான் இருக்கிறது.

இந்த வியாபாரத்தில் 'ஐயா'விற்கு இருந்த ஈடுபாடு அபாரமானது. ஒரு பெண் தூரத்தில் வரும்போதே அவ ருக்குச் சரியான அளவை எடுத்து வைக்கச் சொல்லி ஒதுங்கிவிடுவார். முழுக்க முழுக்க எங்களிடம் விற்ப னையை விட்டுவிடுவார். அதேபோல ரவிக்கைகளுக்குக் கூட அளவெல்லாம் எடுக்க மாட்டார். ஆனால் அவர் தைத்துக் கொடுத்தால் அத்தனை சரியாக இருக்கும். அவரிடம் இருந்த இந்தத் தையல் ஆற்றல் ஒப்பிட முடியாத ஒன்று.

அதேபோல நாற்பது வருடங்களுக்கு முன்னால் நான் வாய்திறந்து பேசக் கூட மாட்டேன். என்னைப் போன்றவர்களையெல்லாம் உற்சாகப்படுத்தி தைரியம் கொடுத்து டோர் டு டோர் கான்வாஸ் பண்ணச் சொல் வார். அதேபோல கடையிலும் அக்கவுண்ட்ஸ், கவுண் டரில் வேலை பார்ப்பது, வாடிக்கையாளர்களின் சைகாலஜி அறிந்து செயல்படுவது என எத்தனையோ ஐயாவிடம் கற்றுக் கொண்டோம். இன்று ஆயிரக் கணக்கில் ஃபீஸ் கட்டி பிஸினஸ் மேனேஜ்மெண்டில் கற்றுக் கொள்பவைகளை, ஐயா எங்களை உற்சாகப் படுத்தி அனுபவரீதியாகக் கற்றுக் கொடுத்தார்....."

என இன்னும் நிறைய நிறைய நெகிழ்ந்த மனத் தோடு பேசிக் கொண்டிருந்தார் 'நாயுடு ஹால்' பத்மா.

உபயோகிப்பாளர்களுக்குச் சில குறிப்புகள் :

- 'ப்ரா'க்களை 'வாஷ்' செய்யும்போது எல்லா துணிகளோடு இதையும் சேர்த்து அடிப்பது சரியில்லை. பெண்களின் உடம்போடு இது இருப்பதால் அவர்களை உறுத்தாத வகையில் மென்மையாகத் தைத்துத் தரு கிறோம். எனவே, அவற்றைச் சுத்தம் செய்யும் போது 'சோப்' போட்டுக் கசக்கி உலர்த்தினால் போதும். அடித்துத் துவைப்பதெல்லாம் கூடாது.
- பெண்கள் தங்களுக்குச் சரியான அளவு எது எனத் தேர்ந்தெடுத்து வாங்க வேண்டும். இது உள் ளாடை என்பதால், லூஸாக இருந்தாலும் 'டைட்'டாக இருந்தாலும் கஷ்டம். எனவே அளவு தெரியாதவர்கள் அணிந்து பார்த்து வாங்குவது நல்லது. "அதற்கான தனியிட வசதிகளை நாங்கள் செய்திருக்கிறோம்" என் கிறார்கள்.
- "அதேபோல, தவறான அளவை வாங்கிக் கொண்டு போய் திருப்பிக் கொண்டு வந்தாலும் நாங்கள் மாற்றிக் கொள்கிறோம். ஏனெனில் இது ரொம்ப நுட்பமான விஷயம். இப்படிச் சேர்பவை எங்களிடம் மூட்டை மூட்டையாகத் தங்கிவிடும்."
- ப்ராக்களில் பருத்தியை அணிவதே சிறந்தது. ஆனாலும் ரசனைக்கேற்ப 'சிந்தடிக்' வகைகளும் செய் கிறோம். ப்ராக்களில் வட்டவடிவ கப், பாயிண்டட் கப் என இரண்டு வகை உண்டு. அவற்றிலும் கூட தையல்களில் மாறுபாடு இருக்கும். ஒவ்வொருவர் ரசனை ஒவ்வொரு விதமாக இருக்கும் என்பதால் பல வகைகளில் தயாரிக்கப்படுகின்றன.
- இன்றைய பெண்கள் அதிர்ஷ்டசாலிகள்தான். உள்ளாடை என்று இல்லை, உடைகளிலும் கூட எவ்வ ளவோ விதங்கள் இன்று போட்டி போட்டுக் கொண்டு வருகின்றன. இவற்றில் இன்றைய நவீன முன்னேற் றங்கள் என்ன எனப் பார்த்து வாங்கலாம்.
- பிரசவித்துக் குழந்தைகளுக்குப் பால் கொடுக் கும் தாய்மார்களுக்காக என்றே தனி 'ப்ரா'க்கள் உள்ளன. இவற்றைத் தொடர்ந்து அணிவதால் மார்பு சரியாமல் இருக்கும்.
- சிறிய மார்பு உள்ளவர்களுக்கு எனப் பிரத்யேக மாக உண்டு. அதேபோல ஆபரேஷன் மூலம் மார்புகள் அகற்றப்பட்டிருந்தால் அவர்களுக்காகவும் 'ப்ரா'க்கள் தயாரிக்கிறார்கள்.

உள்ளாடை உலகத்தில் இருந்து வெளியே வந்த போது, இந்தச் சின்ன உடையில் இவ்வளவு விஷயங் களா எனப் பிரமிப்பாகத்தான் இருந்தது!



அருள்மிகு ஆபத்சகாயேஸ்வர சுவாமி திருக்கோயில்

ஆலங்குடி - 612 801. வலங்கைமான் வட்டம்

தஞ்சாவூர் மாவட்டம்.

குரு பரிகார ஸ்தலம்

இத்திருக்கோயில் காவிரியின் தென்கரையில் அமைந்துள்ள ஞானசம்பந்தரால் பாடல்பெற்ற ஸ்தலமாகும். இக்கோவிலை திருவாரூரை அரசாண்ட முசுகுந்த சக்கரவர்த்தியின் அமைச்சர் 'அமுதோகர் என்பவரால்' கட்டடப்பட்டது.

இங்கு சித்திரை பிரமோற்சவமும், வருடாந்தோறும் குருபகவான் ஒரு ராசியிலிருந்து மறு ராசிக்கு பிரவேசிக்கும் குருபெயர்ச்சி விழாவும் சிறப்பாக நடைபெறும்.

இத்திருக்கோயிலில் உலக நலன் கருதி, "நித்ய பூஜா ஆராதனை கட்டளை" என்ற கட்டளை ஒன்று நிறுவி அதற்காக ரூ.750 கட்டணமாக பொதுமக்களிடம் இருந்து பெறப்பட்டு அதிலிருந்து கிடைக்கும் வட்டியைக் கொண்டு மேற்படி கட்டளை நடத்த உத்தேசிக்கப்பட்டுள்ளது.

மேற்படி கட்டளை கட்டணம் ரூ.750/- (எழுநூற்று ஐம்பது) கும்பகோணத்தில் மாற்றக்கூடியவாறு வரைவோலை எடுத்து கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பக் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

செயல் அலுவலர்

அருள்மிகு ஆபத்சகாயேஸ்வரர் ஆலயம்
73. ஆலங்குடி, வலங்கைமான் தாலுக்கா, தஞ்சாவூர் மாவட்டம்.

நித்ய பூஜா கட்டளை வைப்பு நிதி ரூ.750/-

கட்டளைக்கு கட்டணம் அனுப்புவோர் தங்கள் திருமணநாள் பிறந்த நாள் அல்லது வியாபாரம் துவங்கிய நாள் தங்களுக்கு உகந்த நாள் எதுவோ அதற்கு ஆங்கில தேதியைக் குறிப்பிட்டு அன்றைய தினம் கட்டளை நடத்திட ஏற்பாடுகள் செய்யும் வகையில் எழுதி அனுப்பக் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

கடந்த 4:11.94 வெள்ளிக் கிழமையன்று நடைபெற்ற குருபெயர்ச்சியை முன்னிட்டு கீழ்கண்ட ராசிகளுக்குப் பரிகாரம் செய்து கொள்வது உத்தமம்.

ராசிகள் : மேசம், மிதுனம், சிம்மம், கன்னி, விருச்சகம், தனுசு. கும்பம், முதலியன,

குருவருள் பெற்று வாழ்க வளமுடன்

விமலா ரமணி

அவன் கண்களில் இருந்த வெறுப்பை அவளால் துல்லியமாகக் கணக்கிட முடிந்தது. சுகாசினிக்குத் தெரியும், இந்த இடம் இவனுக்குப் பிடிக்காது என்று தெரியும். இருந்தாலும் வேறு வழியில்லை.

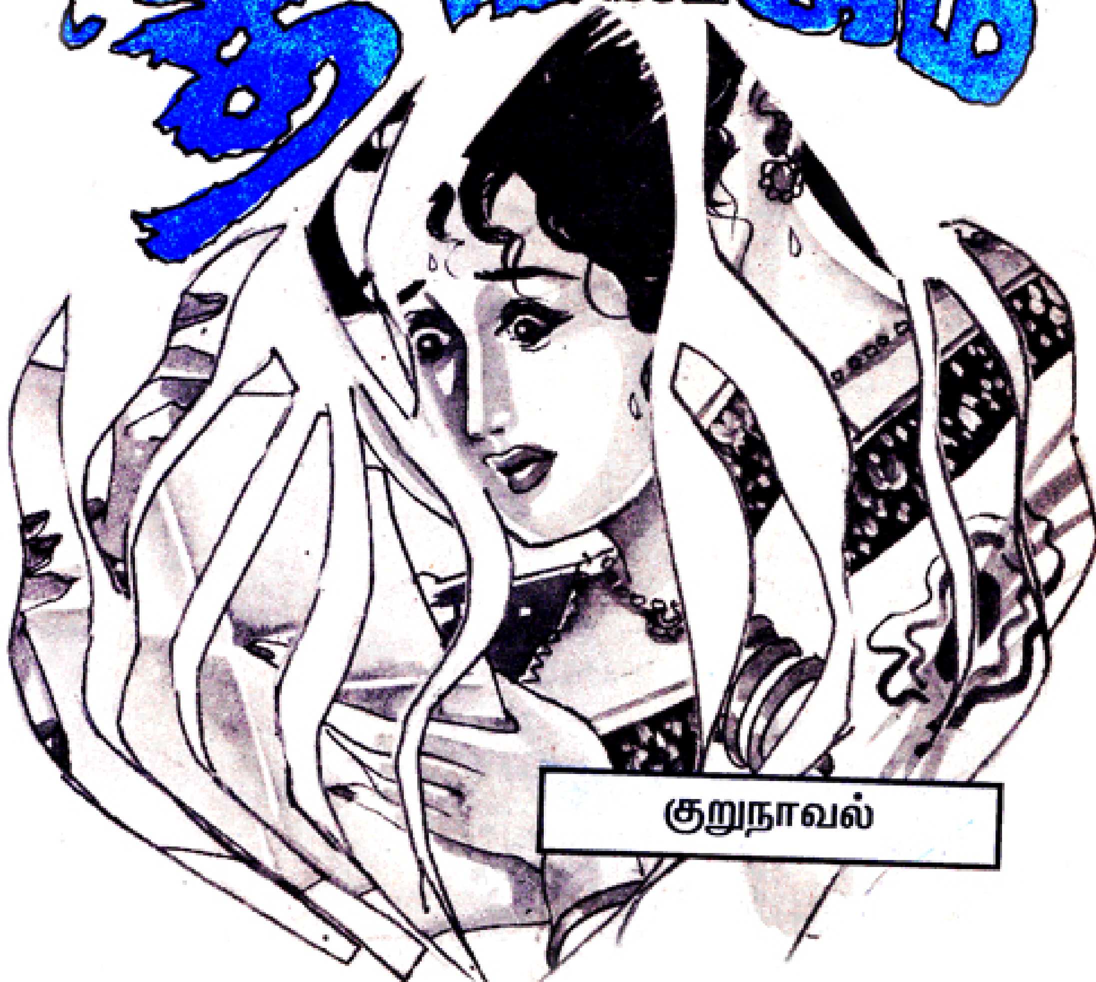
பிறந்த வீட்டிற்குச் சீராட வந்த நேரத்தில் இப்படி ஏதாவது ஏடாகூடமாக நடந்து விட்டால் என்ன செய்வது?

சுகாசினி கடந்த வார நிகழ்ச்சிகளை யோசித்துப் பார்த்தாள். இவள் பிள்ளை உண்டாகி இருப்பதை அறிந்த போது மாமாவும், மாமியும் மகிழ்ந்து போனார்கள். அம்மாவும், அப்பாவும் இறந்த பின் சுகாசினிக்கு மாமா, மாமியே எல்லாமாகிப் போனார்கள்.

மாமா ரத்ன சபாபதியும் சும்மா சொல்லக் கூடாது. தன் சொந்தப் பெண்ணிற்குக் கல்யாணம் செய்து வைப்பதைப் போல் சுகாசினிக்குத் தன் செலவில் திருமணம் செய்து வைத்தார். சுகாசினியின் அம்மாவின் நகைகள் கொஞ்சம் தேறின. பூர்வீகக் கிராம வீட்டை விற்றதில் சுகாசினியின் தாய்க்கும் ஒரு பங்கு கிடைத்தது. எல்லாவற்றையும் போட்டு, தன் கைப்பணத்தையும் போட்டு ரத்ன சபாபதி சுகாசினியின் திருமணத்தைச் செய்து முடித்துவிட்டார்.

அவர் பெயரில் தான் ரத்தினம் இருந்தது. வங்கியில் பணம் இல்லை. இருந்ததைப் போட்டு, இல்லாததை கடன் வாங்கி எப்படியோ திருமணத்தை முடித்து விட்டார்.

தீ யாகம்



குறுநாவல்

சுகாசினியின் கணவன் ராஜசேகர் பேருக்கு ஏற்ற மாதிரி ராஜாவாக இருந்தான். தனியார் நிறுவனம் ஒன்றில் ஜி. எம்மாக இருந்தான். ஹோட்டல் சாப்பாடு ஒத்துக் கொள்ளவில்லை என்று தான் அவன் வீட்டில் திருமணத்திற்கு ஆசைப்பட்டார்கள். சுகாசினியைப் பெண் பார்த்ததும் அவனுக்குப் பிடித்துப் போயிற்று. அப்போதே ராஜசேகர் சொல்லிவிட்டான்.

“இதோ பார் சுகா. இனிமே உன் மாமாவுக்கு நீ தொந்தரவு தரக் கூடாது. உனக்காக அவர் இனிமே ஒரு பைசா செலவழிக்கக் கூடாது. இனிமே நீ என் பெண்டாட்டி....”

தனக்குக் கிடைத்த அதிர்ஷ்டத்தை, கணவன் உருவில் வந்த புதையல் தனத்தைப் பற்றி சுகாசினி தன் மாமா, மாமியிடம் சொல்லி பெருமைப்பட்டுக் கொண்டாள்.

புகுந்த வீடு போன பிறகு தான் ராஜசேகரின் குணம் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக புரியத் தொடங்கியது. அவனுக்கு ரொம்ப 'பொஸஸிவ் நேச்சர்'. நான், எனது என்பதில் பெருமிதம் அதிகம். 'கச்சடா' இடங்கள் எல்லாம் பிடிக்காது.

திருமணமான பின் அவர்களை மாமாவும், மாமியும் மறுவீடு அழைத்த போது அவன் வர மறுத்ததின் காரணம் மாமா, மாமிக்கு செலவு வைக்கக் கூடாது என்கிற நல்ல எண்ணம் மட்டுமில்லை. அந்தச் சின்னஞ்சிறிய ஊரின் வசதிக் குறைவு, மாமாவின் வீட்டின் பாத்ரூமில் 'டைல்ஸ்' ஒட்டாதது. பிரைவசி இல்லாத அந்தக் கால வீடு! காமிரா அறை என்றும், உக்கிராண அறை என்றும் சொல்லிப் பழக்கப்பட்ட பழங்கால இருட்டு படிந்த அறைகள். கரப்பான் பூச்சிகளும், பல்லிகளும்... ஆனால் சுகாசினி இந்தச் சூழ்நிலையில் வளர்ந்து பெரியவள் ஆனவள்தான். இந்தச் சின்னஞ்சிறிய வீட்டிலிருந்தபடி படித்து பஸ் ஏறி டவுனுக்குச் சென்று கல்லூரி போய் பட்டம் பெற்றவள்தான்.

ஆற்றங்கரையும், அரசமரத்தடி பிள்ளையாரும், அரட்டை அடிக்கும் பெண் குலமும், இவள் பார்த்துப் பழக்கப்பட்டவைகள்தான். டவுனில் ஆறு இல்லை. அதற்குப் பதிலாக போர்வெல் பைப்பின் முன் வரிசையாக குடம் வைத்து பெண்டுகள் பேசிக் கொண்டிருக்கிறார்கள்! சுதந்திர அரசமரத்தடி பிள்ளையார் இல்லை. ஆனால் தெருவுக்குத் தெரு காம்பௌண்ட் சுவற்றோடு கட்டப்பட்ட சின்னஞ்சிறிய கோவில்களில் பிள்ளையார் 'சிறை' இருக்கிறார்!

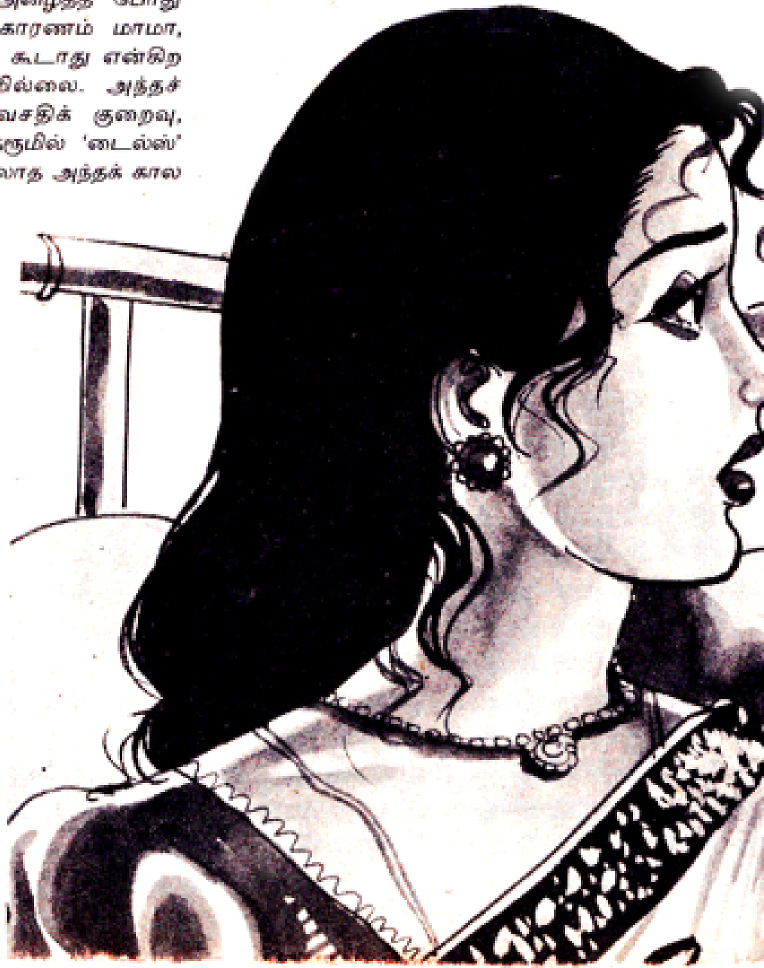
கணவனின் கருத்தைப் புரிந்து கொண்டதால் இவளே மாமாவுக்குக் கடிதம் எழுதிப் போட்டு விட்டாள். அவருக்கு லீவு இல்லை. வர இயலவில்லை - என்று.

அதன் பின்....?

இதோ இதோ இவள் பிள்ளை உண்டாகி நாலாவது மாதம். மசக்கைப் பிறந்ததும் போக வேண்டும். ஊருக்கு வந்தே ஆக வேண்டும் என்று மாமாவும், மாமியும் வருந்தி வருந்திக் கடிதம் போட்டு இரண்டு முறை எஸ்.டி.டி. பூத்தில் 'போன்' செய்து ராஜசேகருடன் பேசியும் விட்டார்கள்.

வேறு வழியில்லை. ராஜசேகர் சுகாசினியை பிறந்த வீடு அனுப்பி வைத்தான். மாமாவே வந்து அழைத்துப் போனார்.

“ஒருவாரம் இல்லே பத்து நாள்லே சுகா



சினியை திருப்பி அனுப்பிடுங்க. எனக்கு ஹோட்டல் சாப்பாடு ஒத்துக்காது."

சுகாசினிக்குக் கஷ்டமாக இருந்தது.

'அவளை விட்டு என்னால் பிரிந்திருக்க முடியாது' - என்று இவன் பொய் சொல்லி இருக்கலாம். என்னமோ திருமணமானதே தின்னத்தான் என்பது போல் சாப்பாட்டைக் காரணம் காட்டிப் பேசுகிறான். நாளை இவளுக்குக் குழந்தை பிறந்து இவள் பதினைந்து நாட்கள் ஆஸ்பத்திரியில் தங்க நேர்ந்தால் என்ன செய்வான்?

எந்த நேரத்தில் சுகாசினி இப்படி நினைத்தாளோ... தெரியவில்லை. வந்த இடத்தில் கோவிலுக்குப் போய்விட்டு வீடு திரும்பும் நேரத்தில், படி தடுக்கிக் கீழே விழுந்து.. வயிறு வலிக்க ஆரம்பித்து... இலேசாக



ஆப்பிள் மீன் கோலம்



11 புள்ளி (ஊடு புள்ளி) 6 ல் நிறுத்தம்

— எஸ்.டி. திலகா விஜி

இரத்தப் போக்கு ஏற்பட.... ரத்ன சபாபதி நடுநடுங்கிப் போனார். உடனே அந் ஊரில் இருந்த சுமாரான ஆஸ்பத்திரி ஒன்றில் சுகாசினியைச் சேர்த்து விட்டு ராஜசேகருக்கும் தகவல் தெரிவித்தார்.

ராஜசேகர் வந்து இறங்கியதும் முதலில் அவன் பார்த்தது சுகாசினியை அல்ல! அந்த ஆஸ்பத்திரியின் அசுத்தச் சூழ்நிலையை!

கணவன் என்ன சொல்லப் போகிறானோ என்று பயந்தபடி சுகாசினி படுத்திருந்தாள்!

அத்தியாயம் - 2

ராஜசேகர் திருவாய் மொழிந்தான்.

"என்ன ஆஸ்பத்திரின்னு இதுலே கொண்டு வந்து உன்னோட மாமா உன்னை 'அட்மிட்' பண்ணி இருக்கார். சே... சே.... ஆஸ்பத்திரியா இது? க்ளன்னினஸ்ஸே இல்லை. ஒரு ஸ்பெஷல் வார்ட் இல்லை...."

சுகாசினி மெல்ல பயந்தபடி கூறினாள்.

"இருக்கிற ஒண்ணு ரெண்டு ஸ்பெஷல் ரூமையும் யாரோ பெரிய மனுஷங்க 'ஆகுபை' பண்ணிட்டாங்க. இப்போ இந்த வார்ட்தான்...."

"சுத்த நேஸ்டி.. ஒரே பெட்பேனை பக்கத்து பெட்டுக்கும் வைக்கறாங்க. உனக்கும் வைக்கறாங்க. அவளுக்கு என்ன வியாதியோ? அது உனக்கு வந்துட்டா? அதுவும் இந்த நேரத்திலே...."

நான்கு பேர் இருக்கக் கூடிய 'பி' வார்ட் தான் அது. நான்கே பெட். ஒவ்வொருவரையும் 'செக்அப்' செய்யும் போது 'கர்ட்டன்' போடுவார்கள். மற்றபடி மற்ற வேளைகளில் ஒருவரை ஒருவர் பார்த்துக் கொள்ளலாம். அந்த நான்கு பெட்டில் இவளையும் சேர்த்து மூன்று 'பெட்களில்' பேஷண்ட் இருந்தனர்.

ஒருத்திக்கு மஞ்சள் காமாலை. ஒருத்திக்கு அல்சர். நான்காவது பெட் காலி. கால் கடுக்க நின்று கொண்டிருந்த தன் கணவனைப் பார்க்க சுகாசினிக்கு பாவமாக இருந்தது.

"வேணும்னா அந்த பெட்டுலே உட்காருங்களேன்" என்றாள்

ராஜசேகர் கோபமாகப் பார்த்தான்.

"இந்த அழுக்கு பெட்டிலியா? பெட்ஷீட் மாத்தியே மாசக்கணக்கா இருக்கும் போல இருக்கு. இதுக்கு முன்னால இதுலே இருந்த வளுக்கு என்ன வியாதியோ? அந்த வியாதி எனக்குப் பிடிக்கும். நோ.... நோ டாக்டர் ரவுண்ட்ஸ் வரவரை நான் நிக்கறேன். வேற வழி? இதுக்குத்தான் சொன்னேன். இந்தச் சீராட்டு, தாலாட்டு வேண்டாம்னு... கேட்டியா? இப்போ என் வேலையையும் கெடுத்துட்டு நான் இங்கே வர வேண்டி இருக்கு."

குற்றம் செய்த உணர்வுடன் மாமா தலை குனிந்து நின்றார்.

"திடீர்ன்னு சுகாசினிக்குப் ப்ளீடிங் ஆனதும் பயந்து போயிட்டேன் மாப்பிள்ளை...."

"ஏதோ பிறந்தகம் வந்தோமா, ரெஸ்ட் எடுத்தோமான்னு சும்மா இருக்காம ஊர் சுத்தினா இப்படித்தான்."

சுகாசினிக்குக் கேட்கத் தோன்றியது.

'அங்கு நான் தினம் தினம் காலை ஐந்து மணிக்கே எழுந்து உங்களுக்குப் பணிவிடை செய்து, ஓடி ஆடி வேலை செய்து, வெந்நீர் முதல் கொண்டு பக்கெட்டில் தூக்கி பதமான சூட்டில் வைப்பேன்.... மாடி ஏறி இறங்கி துணி காயப் போடுவேன். சில நாட்கள் ஈவினிங் 'வாக்' கூட்டிப் போகிறேன் என்ற பெயரில் ஒரு மைல் நடக்க வைப்பீர்கள். அப்போதெல்லாம் ஏற்படாத ரத்தப் போக்கு இப்போது ஏற்பட்டது என்றால் அது என் தலைவிதிதானே ஒழிய, ஊர் சுற்றலினால் அல்ல.'

கேட்க நினைத்ததைக் கேட்க முடியாமல் வாய் பொத்தி மௌனமானாள்.

குடும்ப அமைதிக்காகப் பெண்கள் பல தியாகங்கள் செய்ய வேண்டும். அதில் தன் எண்ணங்களை, எழுச்சிகளை, பிறந்த வீட்டின் மீது தான் கொண்ட பாசத்தை எல்லாவற்றையும் துறந்து விட வேண்டும்.

இவள் பிறந்ததே கணவனுக்குக் கால் பிடிக்க மட்டும்தான் என்று கனவுகளுடன் வாழப் பழகிக் கொள்ள வேண்டும்.

"எப்போ சுகாவை டிஸ்சார்ஜ் பண்ணுவாங்க?"

ராஜசேகர் எரிச்சலுடன் கேட்டான்.

"உடம்பு ரொம்ப வீக்கா இருக்கு. அனீமிக்கா இருக்கு. ஒன் வீக்காவது ரெஸ்ட் எடுத்துக்கணும்னு டாக்டர் சொன்னார்."

"அதான் ரெஸ்ட் எடுத்த அழகைப் பார்த்தேனே!"

"இப்போ ஜர்னி கூடாதுன்னு டாக்டர் சொல்லி இருக்கார். ஒரு வாரம் கழிச்சு..."

"ஆமா... ஒரு வாரம் கழிச்சு இந்த ஊர் லொடக்லாங் பஸ்ஸிலே அனுப்புங்க. ஸ்ட்ரெயின் தான் அதிகமாகும். டாக்டர் கிட்டே சொல்லி எப்படியாவது நாலைஞ்சு நாள்லே சுகாவை 'டிஸ்சார்ஜ்' பண்ண ஏற்பாடு பண்றேன். நானே கூட்டிட்டுப் போறேன்."

சுகாசினி பெருமூச்சு விட்டாள்.

இந்த நான்கு நாட்களும் இந்த கோபக்கார மாப்பிள்ளையை எப்படி வைத்து விருந்து சாப்பாடு போடப் போகிறோம் என்கிற பயம் தன் மாமாவின் முகத்தில் படர்ந்ததை சுகா கவனித்தாள்.

அத்தியாயம் - 3

இரண்டு நாட்கள் ஆகிவிட்டன. மாப்பிள்ளை விருந்துக்காக மாமா கடன்பட்டுக் கொண்டிருப்பதை இவளால் உணர முடிந்தது. மருந்து செலவு வேறு.

"உங்க ஊர்லே வந்து நான் ஏன் செலவு பண்ணணும்? இதுவே நம்ம ஊர்லே நடந்திருந்தா அது என் பொறுப்பு."

- என்றானாம் ராஜசேகர்.

என்னவோ மாமாவே இவளைத் தள்ளி விட்டு தடுக்கி விழச் செய்தது போல்.

சுகாசினி ஒன்றும் பேசவில்லை. ஊருக்குக் கிளம்பும் போது பார்த்துக் கொள்ளலாம் என்று இருந்து விட்டாள். இருக்கவே இருக்கிறது கைவளையல்களில் ஒன்றை கழட்டிக் கொடுத்துவிட்டு 'கவரிங்' மாட்டிக் கொள்ள வேண்டியதுதான். மாமா மறுப்பார். ஆனால் வேறு வழி இல்லை என்றால் என்ன செய்வது?

இவள் வாழ்வே ஒரு போலிப் பூச்சாக இருக்கும்போது வளையல் 'கவரிங்'காக இருந்தால் தப்பில்லை. இதுவும் தன் பிறந்த வீட்டு மானத்தைக் காக்க இவள் தருகிற 'கவரிங்' தான்!

ஸ்தாபிதம் : 1986

போன் : 8250770



ஸ்ரீமதி சிட்பண்ட்ஸ்

9 ஆம் ஆண்டை நோக்கி

வெற்றி நடை போடும்

ஸ்ரீமதி சீட்டில்

இன்றே சேர்ந்து பயன் பெறுவீர்!

எங்களது சீட்டு அமைப்புகள்

குரூப்	சீட்டுகாலம் (மாதங்கள்)	மாதாந்திர சந்தா (ரூ)	மொத்த தொகை (ரூ)	அதிகப்படி தள்ளுபடி
SV	50	10,000	5,00,000	30%
SL	50	2,000	1,00,000	30%
SJ	50	1,000	50,000	30%
SR	50	600	30,000	30%
SA	40	500	20,000	30%
SB	40	250	10,000	30%
SC	40	125	5,000	30%
SK	25	1,000	25,000	20%
SI	30	500	15,000	20%
SF	25	400	10,000	20%
SS	25	200	5,000	20%

ஸ்ரீமதி சிட்பண்ட்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட்



பதிவு அலுவலகம் 34-B, நுங்கம்பாக்கம்
நெடுஞ்சாலை, சென்னை - 600 034.
போன் : 8250770

• நுழைவுக் கட்டணம் தனி

புதிதாகச் சேருபவர்களுக்குப் பரிசு உண்டு.

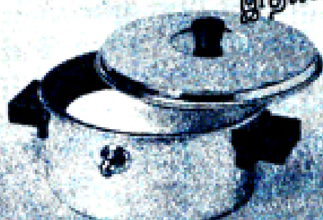
ராஜாளி® நான்-ஸ்டிக் அதிசயம்

இதுவரை தோசைக்கல், ஃப்ரை பான், கடாய் மட்டுமே தயாரித்து வழங்கி வந்த **ராஜாளி** இப்போது முதன் முதலாக யாரும் பார்த்திராத புதிய நான்-ஸ்டிக் இட்லி தட்டுகளும், நான்-ஸ்டிக் மில்க் பாய்லரும் தயாரித்து வழங்கி உங்களை அதிசயத்தில் ஆழ்த்த வந்திருக்கிறது.

தொடர்கிறது...

இதெல்லாந்தான் கிடைக்கிறதே! இதிலென்ன அதிசயம்?!







- சாதாரண மில்க் பாய்லரில் உட்புறம் பாலேடு படிந்து கொள்வது போல் ராஜாளி நான்-ஸ்டிக் மில்க் பாய்லரில் ஒட்டாது.
- தொடர்ச்சியாக உபயோகப்படுத்திய பின்பும் கூட பாத்திரத்தில் முந்தய காய்ச்சிய பால் வாசம் இருக்காது. ● சுத்தம் செய்ய எளிது
- வழவழப்பான டப்ளான் உட்புறப் பூச்சினால் பால் திரிந்து போகாது
- இது அகல வடிவமைப்பு பாத்திரமாகையால் எரிபொருள் மிச்சம்

- எண்ணெய் தடவாமலேயே தட்டிலிருந்து இட்டிலிகளை எடுக்கலாம்.
- இட்லி ஒட்டாததால் மாவு விரயம் ஆகாது.
- நேரமும், எரிபொருளும் மிச்சம். ● தட்டுகள் சுத்தம் செய்வது எளிது.
- எல்லா குக்கர் & இட்லி குக்கர்களிலும் பொருந்தக்கூடியது
- 4 தட்டுகள் மேலும் 6 தட்டுகளாக கிடைக்கிறது

நான்-ஸ்டிக்கில் இவையனைத்தும் கிடைப்பது அதிசயமதானே!!

☐ தோசைக்கல் (Flat & Concave) ☐ கடாய் ☐ ஆப்பக் கடாய்
☐ இட்லித் தட்டுக்கள் ☐ மில்க் குக்கர்
☐ சாஸ் பான் ☐ ஃப்ரை பான் ☐ ப்ரட் டோஸ்டர்

எல்லா பிரபல பாத்திரக் கடைகளிலும் கிடைக்கும்



ISI முத்திரையினைக் கொண்டது



RAJALI®
HOME EQUIPMENTS

50-A, Appar Swamy Koil Street, Thiruvottiyur, Madras - 600 019. ☎ : 543391, 543867



டீ.வி.யில் வரும் நாப்கின் விளம்பரங்களைப் பற்றி சில சகோதரிகள் எழுதியிருந்தார்கள். அவர்கள் சொல்வதில் தவறில்லைதான். இருந்தாலும், விளம்பரங்களை மட்டுமே குற்றம் சொல்ல முடியாது. நம்மிடம் உள்ள தவறையும் திருத்திக் கொள்ள வேண்டும். நாப்கின்களை உபயோகிப் பவர்கள் அப்படியே போட்டுவிடுவதால் நடுரோட்டில் அசிங்கமாக சிதறிக் கிடக்கிறது. குழந்தைகளுக்கு பயன் படும் **(Snuggies)** நாப்கின்களுக்கும் இதே கதிதான். ஆணுறைகளும் இதில் அடக்கம். இது என்ன சுகாதாரம்? இதை மற்றவர்க்குத் தெரியாமல் குப்பைத் தொட்டியில் போட முடியாதா, என்ன?

- ரமா கணேஷ்

அன்று -

இவனைப் பார்க்க ராஜசேகர் வந்தான். ப்ளாஸ்க், ஹார்லிக்ஸ், பிஸ்கட் சகிதம் வந்தவன் எரிச்சலுடன் அருகில் இருந்த டீப் பாயில் அவைகளை வைத்தான்.

"என்ன ஊர் இது? ஒரு ஆட்டோ கிடைக்கிறதில்லை. வீட்டிலே இருந்து நடந்தே வந்தேன். மூச்சு வாங்குது. உட் காரலாம்னா இந்த ஓண்டர்புல் ஆஸ்பத்திரி யிலே ஒரு ஸ்டூல் கூடக் கிடையாது. என் னமோ மியூஸிகல் சேர் மாதிரி இருக்கிற ஒரு ஸ்டூலையும் ஒவ்வொருத்தன் தூக் கிட்டுப் போயிடறான்."

"பக்கத்துப் பெட்டிலே உட்காரலாம்னா அதுக்குக் கூட இன்னிக்குக் காலையிலே ஆள் வந்தாச்சுங்க."

"ஐஸீ... என்ன வியாதி?"

"ஏதோ குளிர் ஜுரமாம். மலேரியா வோன்னு சந்தேகமாம்."

"வாட்... மலேரியா பேஷண்ட் பக்கத்து லேயா? அது தொத்து நோய். உனக்கும் மலேரியா காய்ச்சல் வந்துடும். முதல்லே இந்த இடத்தை விட்டு ஒழியணும்..."

எரிச்சல் பட்டான்.

"அந்தப் பொண்ணு ஒரு நார்த் இண்டி யன் கேர்ல் போல இருக்கு. அவ பேசறது இந்த நர்ஸ்களுக்குத் தெரியல்லை. அவளுக்கு இங்லீஷ் தெரியல்லை. நான் தான் அவ ஹிந்தியிலே பேசினதை மொழி பெயர்த்து இவங்களுக்குச் சொன்னேன்!"

"ஆமா... படிச்ச ஹிந்தி விஷாரத் பட்டம் இப்போ உதவித்தாக்கும். பெரிய சோஷியல் சர்வீஸ் பண்றதா நினைச்சுட்டு இல்லாத வியாதியை ஒட்ட வைச்சுக்காதே! இருக் கிறது போதும்."

இவன் பேசாமடந்தையானான்.

இதற்குள் அந்தப் பக்கத்து பெட்காரன் 'கர்ட்டன்' விலகி இவர்கள் அருகில் வந் தான்.

"ஐயேம் குணசேகர். குணா. என் ஒய்பை இங்கே 'அட்மிட்' பண்ணிட்டு மருந்து வாங்கப் போன சமயத்துலே நீங்க ரொம்ப ஹெல்ப் பண்ணினதா சொன்னாங்க. தேங்க்யூ. வெரி கைண்ட் ஆப் யூ. நீங்களே ஒரு பேஷண்ட். இந்த நிலையிலே இன் னொரு பேஷண்டுக்கு உதவி இருக்கீங்க. ரொம்ப தேங்க்ஸ்" என்றான்.

ராஜசேகர் வேண்டா வெறுப்பாகக் கை கொடுத்தான். இவனைத் தொட்டாலே இவன் மனைவியின் வியாதி தனக்கு ஒட்டிக் கொண்டு விடுமோ என்ற பயம் அவன் கைக் குலுக்கலில் தெரிந்தது.

அவளை மாத்திரையின் வேகத்தில் உறங்க வைத்திருந்தார்கள். அவள் உறங்கிக் கொண்டிருந்தாள். காய்ச்சல் இறங்க அருகில் அமர்ந்தபடி அவள் கணவன் நெற்றியில் ஈரத்துணி வைத்து யுடிகொலோன் விட்டு ஐஸ் கட்டியை அதன்மேல் வைத்து ஒத்தடம் கொடுத்தபடி இருந்தான்.

ராஜசேகர் முகத்தை எரிச்சலுடன் திருப்பிக் கொண்டான்.

"பாவங்க அந்தப் பெண். நார்த்தாம். இப்பத்தான் கல்யாணம் பண்ணி கூட்டிட்டு சௌத் வந்திருக்காங்க. கலப்புத் திருமண மாம். அதனாலதான் உறவுக்காரங்க எல் லாருமே ஒதுக்கிட்டாங்களாம். இப்போ கணவனும், மனைவியும்தான். வந்த இடத் துலே இப்படி. ஹோட்டல்லே தான் தங்கி இருந்தாங்களாம்.

திடீர்ன்னு காய்ச்சல் வந்து...."

சுகாசினி பேசப்பேச ராஜசேகர் எரிந்து விழுந்தான்.

"போதும்... போதும் அவங்களைப் பத் தின பெரிய புராணம், ராமாயணம் எல் லாம் போதும். நம் கதையை முதல்லே கவனி. நாளைக்கு உன்னை டிஸ்சார்ஜ்

பண்ண டாக்டர் சம்மதிச்சுட்டார். ஸோ... டுமாரோ வீ ஆர் லீவிங்" என்றான் ராஜசேகர்.

அந்த மறுநாள் எப்படி விடியப் போகிறது என்ற உண்மை அவனுக்குத் தெரியவில்லை.

அத்தியாயம் - 4

மறுநாள் ராஜசேகர் சுகாசினியை 'டிஸ்சார்ஜ்' செய்து அழைத்துப் போக வந்த போது -

அந்த 'வார்டே' திமிலோகப்பட்டுக் கொண்டிருந்தது.

அந்த பக்கத்து பெட்காரிக்கு மலேரியா காய்ச்சல் அதிகமாகி இரவு தூக்கித் தூக்கிப் போட்டு உடனே அவளை டவுன் ஆஸ்பத்திரிக்குக் கொண்டு போகச் சொன்னார்களாம். அவள் கணவன் நேற்று மாலையிலிருந்து வரவே இல்லையாம்.

இன்று காலையில் வந்தவன் தவித்துக் கொண்டிருக்கிறானாம்.

"என்னங்க?" - என்றாள் சுகாசினி.

"என்ன?" என்றான் இவன் எரிச்சலுடன்.

"பாவங்க அந்த ஆள். யாருமே உதவிக்கு இல்லாம திண்டாடிட்டு இருக்கார்."

"அதுக்கு என்ன பண்ணணும்ங்கிறே?"

"நாம... நாம கார்லே தானே போறோம். அவங்களையும் கூட அழைச்சுட்டு...."

"நான்சென்ஸ்... ஊருலே சாகப் போறவங்களை எல்லாம் கரை சேர்க்க நாம வரல்லை. தெரிஞ்சுக்கோ...."

"ப்ளீஸ்... மெள்ளப் பேசுங்க... அந்தப் பெண் 'கோமா' ஸ்டேஜிலே இருக்கு. கார் கிடைக்காம அந்த மனுஷன் அல்லாடிட்டு இருக்கார். நானும் காலைலே இருந்து பார்த்துட்டே இருக்கேன். ப்ளீஸ், எப்படியும் நாம டவுன் வழியாத்தான் போகப் போறோம். போற வழியிலே அவங்களை பெரிய ஆஸ்பத்திரியிலே இறக்கிட்டுப் போயிடலாம்ங்க... புண்ணியமாப் போகும்."

ராஜசேகர் அவளைப் பார்த்து முறைக்கவும், அந்தக் குணா தடுமாறியபடி எந்தக் காரும் கிடைக்கல்லை என்று சொல்லியபடி வரவும் சரியாக இருந்தது.

கடைசியில் சுகாசினியின் விருப்பம் நிறைவேறியது. போனால் போகிறது என்று அவர்களை ஏற்றிக் கொள்ள ராஜசேகர் சம்மதித்தான்.

கட்டையாகத் தன் நினைவின்றி கிடந்தவளை பின் சீட்டில் அந்த ஆஸ்பத்திரியின் பணியாட்களின் உதவியோடு போட்டு விட்டு அவள் தலையை தன் மடி மீது கிடத்திக் கொண்டு குணா அழுதபடி அமர்ந்திருக்க, முன் சீட்டில் டிரைவருடன் சுகாசினியும், ராஜசேகரும் அமர்ந்தனர்.

கார் கிளம்பியது.

கிளம்பும் போது மறக்காமல் தன் கை வளையலை கழட்டி வற்புறுத்தி மாமியின் கைகளில் திணித்துவிட்டுத் தான் சுகாசினி திரும்பிக் கொண்டிருந்தாள்.

அவள் அம்மாவின் நகை. கொடுக்க அவளுக்கு உரிமை இல்லையா என்ன?

அத்தியாயம் - 5

கண்களை மூடியபடி கணவனின் தோளில் சாய்ந்தபடி சுகாசினி பயணித்துக் கொண்டிருந்தாள்.

டவுனுக்கு இன்னும் எத்தனை தூரம் இருக்கிறது! அதுவரை இந்தப் பெண் உயிருடன் இருக்க வேண்டுமே கடவுளே... வேண்டிக் கொண்டாள்.

திடீரென்று.....

"ஸார்... ஸார்... என்னோட என்னோட மிருதுளா என்னமோ மாதிரி முழிக்கறாளே ஸார்...."

- குணாவின் கதறல் கேட்க கார் திடீரென்று நிற்க, அனைவரும் திடுக்கிட்டனர்.

மிருதுளா என்ற அந்தப் பெண் மென்மையான அந்தப் பெண், புது மணமகளான அந்தப் பெண் ஓசைப்படாமல் தன்

குக்கரில் சாதம் வைக்கும் போது அத்துடன் ஒரு கிண்ணத்தில் புளியை உருட்டி வைத்தால் குழம்பு, ரசம் செய்யும் போது பயன்படுத்தலாம். ஏற்கெனவே ஆவியில் இருப்பதால் வெகு விரைவில் புளி வாசனை போய் குழம்பு, ரசம் வெகு விரைவில் செய்ய முடியும். அத்துடன் எப்பொழுதும் போடும் புளியை விட குறைவாகவே நமக்குப் புளியும் செலவாகும்.

— லதா சாரி



கணவன் மடியில் உயிரை விட்டிருந்தாள்.

"நான் இனிமே என்ன பண்ணுவேன்? எங்கே போவேன்? இந்தப் பிணத்தை வைச்சுட்டு என்ன செய்வேன்?"

குணா கதறினான்.

சுகாசினி தன் கணவனைப் பார்த்தாள்.

"கர்மம் என் தலை எழுத்து..." என்று முணுமுணுத்தபடி ராஜசேகர் காரிலிருந்து இறங்க, டிரைவர் ஊருக்குள் போய் யாரை யாவது கூட்டி வருவதாகச் சொல்லிவிட்டுப் போனார்.

அவர்கள் காத்திருந்தார்கள்.

என்ன தலை எழுத்து இது! எங்கோ பிறந்து எங்கோ வளர்ந்தவள். இப்படி நட்ட நடு வீதியில் அந்நியமாகப் போன இடத்தில் அவலமாய் செத்து வைத்திருக்கிறாளே!

ஆயிற்று... எல்லாமே ஆயிற்று. அருகில் இருந்த ஆற்றின் கரையில் அந்நியர்கள் உதவியுடன் மிருதுளாவின் தலைப்பக்கத்தை ராஜசேகர் பிடித்துக் கொள்ள கால் பக்கத்தை குணா பிடித்துக் கொள்ள ஒரு சுமங்கலியின் அந்திமப் பயணம் நிறைவடைந்தது.

கொள்ளி வைக்குமுன் குணா கதறிக் கதறி அழுததைப் பார்க்கப் பாவமாக இருந்தது. குணாவைப் பிடித்துக் கொண்டு முதுகைத் தட்டிக் கொடுத்து அவனுக்கு கொள்ளி வைக்க உதவி புரிந்த ராஜசேகரை சற்றே பெருமிதத்துடன் பார்த்தாள் சுகாசினி. பரவாயில்லை. இவன் உள்ளத்திலும் சில சமயம் இரக்க உணர்வு சுரக்கிறது.

அனைவரும் ஆற்றில் மூழ்கிக் குளித்தனர். எங்கோ பிறந்த மிருதுளாவிற்காக அனைவரும் தீட்டுப்பட்டு, அது போகக் குளித்தனர்.

"இனிமே எனக்கு என்ன இருக்கு? என்னோட மிருதுளாவோட நான் எப்படி எப்படியோ வாழணும்னு நினைச்சேனே... அது எதுவுமே முடியலியே..."

குணா கதறினான்.

வேள்வித் தீயில் யாகம் வளர்த்து, அதில் தன்னைத் தானே பலியிட்டுக் கொண்ட தாபம் அவன் கதறலில் இருந்தது.

அவனை சமாதானப்படுத்தி மீண்டும் கார் ஏற்றி, இனி சாம்பலாகிப் போனவளை சந்திக்க முடியாது என்கிற உண்மையைச் சொல்லி இடை ஜங்ஷன் ஒன்றில் அவனை ரயிலேற்றி சென்னைக்கு அனுப்பிவிட்டு, இவர்கள் ஊர் திரும்பியபோது இரவு மணி பன்னிரண்டாகி விட்டது.

இவள் அலுப்புடன் நுழைந்தாள்.

மீண்டும் ஒரு முறை தீட்டுப் போக நன்றாகக் குளிக்க வேண்டும் என்று ராஜசேகர் பாத்ரூமில் நுழைந்து ஷவரைத் திருப்பினான். இவள் ஹாலில் காத்திருந்த போது -

வாசலில் யாரோ 'பெல்' அடிக்க இவள் எழுந்து போய் கதவைத் திறந்தாள்.

வந்தது....?

டிரைவர். அவர் கையில் ஒரு ஹேண்ட் பேக்.

"கார் சீட்டிலே இந்த ஹேண்ட்பேக்கை வைச்சுட்டு இறங்கிட்டீங்க, இந்தாங்க...."

கொடுத்தவன் போய் விட்டான். இவள் வியப்புடன் பேக்கைப் பார்த்தாள். சத்தியமாக அந்த 'பேக்' இவள் கைப்பை இல்லை! பின் எப்படி காரில்?

ஒருவேளை மிருதுளாவின் கைப்பையாக இருக்குமோ? ஆஸ்பத்திரியில் யார் யாரோ காரில் கொண்டு வந்து இவர்களின் உடமைகளைப் போட்டார்கள். அதில் இதுவும் ஒன்றாக இருக்கும். பையைத் திறந்து பார்த்தால் விலாசம் ஏதாவது கிடைத்தால் அந்த விலாசத்திற்கு இந்தப் பையை அனுப்பி விடலாம்.

மூன்று ஆழாக்கு அரிசியையும், ஒரு ஆழாக்கு உளுந்தையும் மிஷினில் கொடுத்து நைசாக அரைத்து வைத்துக் கொண்டால் திடீர் என்று தோசை வார்க்க உதவும்.

கிரைண்டரில் அரைக்க நேரமில்லையென்றால் இது போல் அரைத்து வைத்துக் கொள்ளலாம். மாவை கரைத்தவுடன் வார்த்து எடுக்க வேண்டும். கரைத்தபின், ஊறவைக்கக் கூடாது. தோசை மெலிதாக மைதாமாவு தோசைபோல் நன்றாக இருக்கும்.

— கே. ராஜேஸ்வரி



புலவு அல்லது விஜிடபிள் பிரியாணி செய்யும் போது நாம் அரிசியையும் களைந்து, மசாலா, காய்கறிகளுடன் வறுத்து எல்லாவற்றையும் சேர்த்து குக்கரில் வைக்கிறோம். ஆனால் அதைவிட அரிசியை உதிர் உதிர் சாதமாக வடித்து எடுத்து ஆறவிடவும். பிறகு மசாலா, சாதம் இரண்டையும் கலந்து பிறகு குக்கரில் வெயிட் போடாமல் 5 நிமிடம் ஏற்றி இறக்கினால், புலாவ் உதிர் உதிராக பிரமாதமான சுவை மணத்துடன் ருசியாக இருக்கும்.

— லக்ஷ்மி ரங்கநாதன்



சுகாசினி பையைத் திறந்தாள்.

அதில் இருந்தது-

நன்கு ஒட்டப்பட்ட ஒரு கவர். அதில் என் சகோதரி சுகாசினிக்கு என்று ஹிந்தியில் எழுதப்பட்ட ஒரு கடிதம்.

யார் எழுதியது? மிருதுளாவா?

இவள் பரபரப்புடன் கடிதத்தைப் படிக்க ஆரம்பித்தாள்.

அன்புள்ள சகோதரிக்கு,

இக்கடிதம் குணாவாகிய நான் தங்களுக்கு எழுதுகிறேன். யாரும் இதை எளிதில் படித்துவிடக் கூடாது என்பதற்காக ஹிந்தியில் எழுதுகிறேன். மிருதுளா எழுதியதாக இருக்கும் என்று யார் வேண்டுமானாலும் நினைத்துக் கொள்ளலாம்.

மிருதுளாவை நான் காதலித்தேன். மனமாரக் காதலித்தேன். ஆனால் மிருதுளா ஆரம்பத்தில் என்னை விரும்பவில்லை. நாங்கள் அப்போது பம்பாயில் குடி இருந்தோம். பக்கத்து பக்கத்து பில்டிங். அந்தச் சமயத்தில்தான் அவள் ப்ளாட்டில் புதிதாக வந்த ஒரு இளைஞனுடன் மிருதுளாவிற்குப் பழக்கம் ஏற்பட்டது. அந்தப் பையனை அவள் காதலித்தாள். அவன் இவர்கள் வீட்டில் பேயிங் கெஸ்டாக இருந்தான். அவனுக்கு ஹோட்டல் சாப்பாடு ஒத்துக் கொள்ளாதாம். வீட்டுச் சாப்பாடுதான் சரிப்படுமாம். மிருதுளா வீட்டுச் சாப்பாடு போட்டாள். அவன் விரும்பிய சாப்பாட்டையும், போட்டு விட்டாள். கடைசியில் அவன் தன் பயிற்சிக் காலம் முடிந்தவுடன் (ஏதோ ஒரு கம்பெனியின் ப்ரபேஷனரி பீரியடில் இருந்தவன்....) மிருதுளாவிடம் சொல்லிக் கொள்ளாமல் கம்பி நீட்டி விட்டான். அவனை நான் அடிக்கடி மிருதுளாவுடன் பார்த்திருக்கிறேன். ஆனால் என்னை அவன் பார்த்ததில்லை. கடைசியில் மிருதுளா 'கர்ப்பமான' விஷயம் விபரீதமாகவே, தற்கொலை முடிவுக்குப் போனவளை நான்தான் காப்பாற்றினேன். காரணம் என்னுள்ளத்தில் காதல் மிச்சமிருந்தது. நான் வளர்த்த காதல் 'தீ'க்கு அந்தக் காதல் வேள்விக்கு என் உணர்வுகளை ஆகுதி ஆக்கினேன்.

பிறந்த அந்தக் குழந்தைக்குத் தகப்பனாக என் இன்ஷியலைத் தந்து, அரைப் பைத்திய நிலையில் இருந்த மிருதுளாவிற்கு பலவிதங்களிலும் உறுதுணையாக இருந்தேன். காதல் தோல்வி அவளை அரைப் பைத்தியமாக்கி இருந்தது. இந்த நிலையில் குழந்தை அவளிடம் வளர்வது சரியில்லை என்று ஒரு காப்பகத்தில் சேர்த்தேன். ஊர் ஊராய் அவளை அழைத்துக் கொண்டு அமைதி தேடி அலைந்தேன். இந்தக் கிராமத்தில் யாரோ ஒரு சித்தர் மனநோய் உள்ளவர்களை குணப்படுத்துகிறார் என்று கேள்விப்பட்டு இங்கு வந்தேன். வந்த இடத்தில் திடீரென்று மிருதுளாவிற்கு ஜுரம் வந்து ஆஸ்பத்திரியில் 'அட்மிட்' ஆனது இதெல்லாம் உங்களுக்குத் தெரியும். இந்தக் கதையை நான் உங்களுக்குச் சொல்வதின் காரணம்......

இத்துடன் அந்தக் குழந்தை காப்பகத்தின் விலாசம் தந்திருக்கிறேன். என் அனுமதிக் கடிதமும் இணைத்திருக்கிறேன். அந்தக் குழந்தையை தயவு செய்து தாங்கள் 'தத்து' எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். தங்களுக்கு நல்ல மனது. இரக்க உள்ளம். கட்டாயம் செய்வீர்கள் என்று தெரியும். காரணம், அந்தக் குழந்தை அனாதைக் குழந்தை மட்டுமல்ல. உங்கள் குழந்தை... ஆம் உங்கள் கணவரின் சொந்தக் குழந்தை. உங்கள் கணவரின் இரத்தம் ஓடும் சின்னக் குழந்தை! பிறந்தது முதல் தாய் அன்பையே காணாத அந்தக் குழந்



குழந்தைகளுக்குப் பவுடர் பூச பயன்படும் பப்ஸ் பழையது ஆனவுடன் தூக்கி எறிந்து விட வேண்டாம். குழந்தைகளுக்குப் பள்ளிக்குச் செல்லும் போது பல்கை துடைக்கக் கொடுத்தனுப்பலாம்.

வீட்டில் நமக்கும் ஷூ பாலிஷ் போடவும், பித்தளை, வெள்ளிப் பாத்திரங்களை துடைத்துச் சுத்தம் செய்யவும் பயன்படும்.

— லக்ஷ்மி சிவகுமார்

தைக்கு உங்களைத் தாயாக வேண்டுகிறேன். ராஜசேகர் குணம் ஓரளவு நான் அறிந்தவள். உங்கள் இல்லறத்தில் பிளவு ஏற்பட்டுவிடக் கூடாது. அதனால்தான்

இத்தனை விஷயங்களையும் நேரில் சொல்ல முடியாத காரணத்தால் கடிதம் எழுதி வைத்திருக்கிறேன். இதை நீங்கள் ஆஸ்பத்திரியிலிருந்து 'டிஸ்சார்ஜ்' ஆகுமுன் உங்களிடம் சேர்த்துவிட வேண்டும் என்று..."

பாதியில் கடிதம் நின்றிருந்தது. அந்தக் கடிதக் கவரில் மிருதுளாவும், ராஜசேகரும் எடுத்துக் கொண்ட சில புகைப்படங்கள்....

சுகாசினி பார்த்தாள்.

ராஜசேகருக்கு ஹோட்டல் சாப்பாடு தான் ஒத்துக் கொள்ளாது. ஆனால் உறவுகள் எப்படி வந்தாலும் ஒத்துக் கொள்ளுமோ? இவனுக்கு ஆஸ்பத்திரியில் 'ஸ்பெஷல் வார்ட்' தான் வேண்டுமாம். ஆனால் உறவுக்கு மட்டும் இவன் 'தரம்' பார்ப்பதில்லையோ?

அவளைத் தொடாதே. உனக்கும் மலேரியா வந்துவிடப் போகிறது என்றானே.

அந்த 'அவள்' ஏற்கெனவே இவனால் தொடப்பட்டவள்! அவளுக்கு வந்தது மலேரியா காய்ச்சல் அல்ல! இவன் பாவத்தைக் கழுவ அவள் ஏற்று கொண்ட தியாகக் காய்ச்சல்!

ஆற்றங்கரையும், அரசமரத்தடி பிள்ளை யாரும் இவனுக்குப் பிடிக்காது. ஆனால் வேறு வழியின்றி ஆற்றங்கரை மணலில் மிருதுளாவை எரித்து விட்டு அதே ஆற்றில் குளித்து விட்டு அரசமரத்தடி பிள்ளையார் நிழலில் தான் தங்க நேர்ந்து விட்டது! பண்ணின பாவத்திற்கு பிராயச்சித்தம் தேட வேண்டாமா? முறைப்படி திருமணம் செய்து கொண்டிருந்தால் இவன் தகனம் செய்து நீட்டுக் காக்க வேண்டாமா?

ஆனால் இவன் மிருதுளாவின் நினைவுகளை 'தகனம்' என்றோ செய்து விட்டான்?

ராஜசேகரின் பாவத்தைப் போக்க அவளுடனேயே கட்டையாய் காரில் ஒன்றாய் பயணித்து, அவள் கையினாலேயே கொள்ளி வாங்கி... இப்போது தான் ஆனா ஏன் அடிக்கடி அந்தத் தீப்பந்தத்தை நழுவ விட்டாள் என்று புரிகிறது! ராஜசேகரும் அதை உடன் பிடிக்க வேண்டும் என்று நினைத்திருப்பாளோ?

அனைவரும் ஒன்றாய் சுடுகாடு போய்... மிருதுளாவை எரித்து... சாம்பலாக்கி...

ராஜசேகர் எத்தனை கல்நெஞ்சக்காரன். எதுவுமே தெரியாதவன் போல் நடித்து... சே....

மிருதுளா எரிந்து போய் விட்டாள்.

ராஜசேகர் 'பாத்ரூம்' கதவின் தாளை விலக்கும் சப்தம் கேட்கிறது. இவள் அந்தக் காகிதத்தை பீராவிற்குள் பத்திரப்படுத்துகிறாள். அனாதை முத்திரை குத்தப்பட்டு எங்கோ தன்னை ஏற்க யாராவது வரமாட்டார்களா என்கிற ஏக்கத்துடன் காத்திருக்கும் அந்தச் சின்னஞ்சிறு மதலையின் முகத்தை கற்பனை செய்தபடி, அந்தக் குழந்தைக்குத் தாயாவதுதான் தன் முதல் கடமை என்பதை உணர்ந்தவளாய் இவள் தன் பெட்ரூமை அடைந்த போது....?

தலையைத் துவட்டியபடி ராஜசேகர் இவளைப் பார்த்து கண் சிமிட்டியபடி பேசுகிறான்.

"நீயும் குளிச்சுட்டு ப்ரஷ்ஷா வந்துடு. நாம பெட்ரூமிலே நுழைஞ்சு எத்தனை நாளாச்சு? காரிலேதானே வந்திருக்கோம். ஸோ, நோ 'ஸ்டெரயின்!' "

என்று சொன்னவனை 'தீச்சுடர்' கக்கும் தன் கண்களால் வெறுப்புடன் பார்க்கிறாள் சுகாசினி.!

(முற்றும்)

இவர்களைப் பாருங்கள்.....!

நம் கஷ்டம் ஒரு தொடரா?



திருமதி கல்யாணி.....

அமெரிக்காவில் தன்னந்தனியாகத் துணிச்சலுடன் தன் வாழ்க்கைப் படகைச் செலுத்திவரும் இவருடைய கதை வியப்பிற்குரியது. சோதனை வந்தபோது மனோவலிமையோடு இன்றைய வாழ்வை, பிறருக்கு உதவும்படியான வாழ்க்கையாக மாற்றிக் கொண்டார் என்பது நமக்கெல்லாம் படிப்பினை சொல்கிறது என்றால், இவர் பார்க்கும் பணி....? அதிலே சம்பந்தப்பட்டவர்கள்...!

படிக்கப் படிக்க வியப்பூட்டும் மனிதர்கள்....!

“நானும்,என் இரு பெண்களுடனும், கணவருடனும் 1972 இல் ஆவலும், ஆசையும் துள்ள, பல பல மனக்கோட்டைகளுடன் அமெரிக்காவில் குடியேறியவள்தான். அங்கு போன பின்பும் நம்முடைய பண்பு, கலாசாரம், உணவு விஷயங்களில் சிறிதும் மாறாது இருந்தாலும் அங்கேயே படித்து, வளரும் நம் குழந்தைகள் அந்த நாட்டின் வசதி, கலாசாரம் என்று அந்தச் சூழ்நிலைக்கு ஏற்றவாறு மாறிவிடுகிறார்கள். அதனால் அவர்களுடைய மனோபாவமும், பழக்கவழக்கங்களும் எல்லாம் வித்தியாசமாகி பெற்றோர்களுக்கும் குழந்தைகளுக்கும் நடுவே பெரிய பள்ளம் விழுந்துவிடுகிறது. அதனால் ஆசாபாசம், பந்தம் எல்லாமே குறைந்து அந்நியமாகிவிடுகிறார்கள். எதிர்பாராத விதமோ, அல்லது எனது துரதிர்ஷ்டமோ, கஷ்ட காலமோ - என் குடும்பத்திலும் பிளவு ஏற்பட்டுவிட்டதுதான் ஒரு பெரிய இடி.

அந்நிய நாட்டில் நான் ஓர் அனாதை போல் கணவரை, குழந்தைகளைப் பிரிந்து தனித்து என் கால்களில் நிற்க வேண்டிய நிலை - அவர்களுக்கு வேண்டாதவளாக ஆகிவிட்டேன். என்னையே அப்பாவும், பெண்களும் வேலைக்காரி போல் நடத்தி, பாடுபடுத்தி விட்டனர். வீட்டு வேலை, ஆபீஸ் வேலை, நடுவில் படிப்பு என்று அல்லாடி.. அவர்களை வளர்த்தும் பிரயோஜனமோ, அன்போ, பாசமோ இல்லாது - இது உன் கடமை என்பது போல் என்னை நடத்த முற்பட்ட பொழுது, பிரிந்து விடுவதுநான் சிறந்தது என்றெண்ணி - கொத்தடிமையாக வாழ்வதைவிட தனித்து வாழ முற்பட்டேன். என் பெயரின் பின்னால் தொக்கி இருந்த அந்தப் பெயரை (சேஷாத்ரி)யும் நீக்கிவிட்டேன் - டைவர்ஸ் ஆனவர்கள் நாங்கள்.

மனத்தில் ஊனமடைந்துள்ள எனக்கு உறுதுணையானார்கள். என் வாழ்க்கையை ஓட்ட உடல் ஊனமுற்றவர்கள் - அதுவும் மல்டிபிள் ஸ்கிளிரோஸிஸ் என்ற தீராத வியாதியால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள். அதாவது முதுகுத் தண்டுவடத்தில் பொதிந்துள்ள போர்வை சிதைப்பட்டு, ஒவ்வோர் அங்கமாக, உணர்ச்சியற்று, பயனற்று விடும் நிலை. இந்தக் கொடும் வியாதி மெள்ள மெள்ள எல்லா உறுப்புக்களையும் அரித்துவிடும் வியாதி - உணர்ச்சி இருக்காது - என்னுடைய வாடிக்கையாளர்கள் - சக்கர நாற்காலியில் இருப்பவர்கள் - என்னுடைய நேரடிப் பார்வையில் ஆண்களும், பெண்களுமாக 8 பேர் உள்ளனர். ஒவ்வொருவரின் தேவையும் வித்தியாசமாகவே உள்ளது. இதற்கென்று தனிப்பட்ட முறையில் பயிற்சி கொடுத்துள்ளார்கள்.

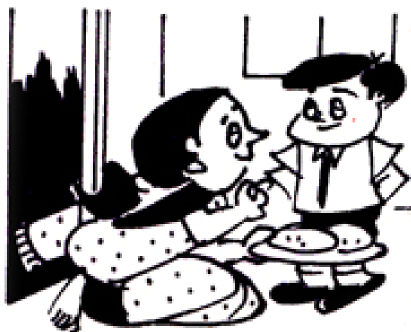
இந்த வியாதியை 'டயக்னைஸ்' செய்த உடனேயே அவர்களுடைய துணைவர்களும், மற்ற உறவினர்களும் 'அம்போ' என்று தவிக்கவிட்டுப் பிரிந்துபோய் விடுகிறார்கள். அந்த ஊர் கவர்ன்மெண்ட் எங்களுக்குச் சம்பளம் தருகிறார்கள். இந்த வேலை பகுதி நேர வேலையாகக் கருதப்படுகிறது. அவர்களுக்குக் குளிப்பாட்டி, உடை உடுத்தி, வீட்டைச் சுத்தம் செய்து, காட்டன், படுக்கை விரிப்புக்களை மாற்றிக் கொடுத்து அலமாரிகள், சமையல் உள்ளில் சாமான்களை ஒழுங்குபடுத்தி கேஸ், ஃப்ரிட்ஜ் முதலியவற்றையும் மற்ற உபகரணங்களையும் சுத்தம் செய்து ஒழுங்காக வைக்க வேண்டும்.

காலை, மதியம், மாலை, இரவு வேண்டிய உணவு தயாரிப்பது, முக்கிய கடிதங்கள் எழுதிக் கொடுத்தல், பேங்கிற்கு, டாக்டரிடம் செக்-அப்பிற்குக் கூட்டிச் செல்ல வேண்டியது, பல் டாக்டர், கண் டாக்டர்களிடம் கூட கூட்டிப் போக வேண்டிவரும். - அவர்களுக்கென்று ஸ்பெஷல் கார் உண்டு. அதில் உட்கார வைத்துக் கூட்டிச் செல்வேன். சிலர் அவர்களே டிரைவ் செய்து கொள்ளுவார்கள். இயற்கையின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்து கொள்ள வேண்டிய உபகரணங்களைச் சுத்தம் செய்து தயார்ப்படுத்திக் கொடுப்பது - சில சமயம் இவைகளை உபயோகப்படுத்தும் முன்பு தங்களுடைய உள்ளாடைகளில், படுக்கையில், கார்ப்பெட்டில் என்று அசிங்கப் படுத்திக் கொள்வதும் உண்டு. அவர்களுடைய உறுப்புகள் அசையாது, விறைத்து, உணர்ச்சியற்று இருக்கும். ஆனாலும் இவர்களது மனத்தைத் தளரவிடாமல், தைரியமும், விடா முயற்சியும், ஆசைகளும், ஆவலும், தன்னம்பிக்கையும், ஒருவிதமான வெறுப்போ, விரக்தியும் இல்லாமல் வாழவேண்டும் - அதுவும் தன்னந் தனியாக என்ற மனோபாவத்துடன் இருப்பதை எத்தனை புகழ்ந்தாலும் போதாது.

தங்களை மற்றவர்கள் குறைத்து

பூரியைப் பொன்னிறமாகச் செய்து மிக்ஸியில் போட்டுத் தூள் செய்து கொள்ளவும். இதில் 'டொமேட்டோ சாஸை'க் கலந்து ஒரு டப்பாவில் போட்டு வைத்துக் கொண்டால், ரயில் பிரயாணத்தின்போது குழந்தைகளுக்கு ஒரு ஸ்பூனுடன் சாப்பிடக் கொடுத்தால் மிகவும் விரும்பிச் சாப்பிடு வார்கள். பூரி, சாஸுடன் நன்கு ஊறி, சாப்பிட இலகுவாய் இருக்கும். ஸ்கூல் விட்டு வரும்போது டிபனுக்குக் கூட கொடுக்கலாமே!

- உமா





பாம்பன் சுவாமி

பெனிபிட் பண்டு லிமிடெட்

பதிவு அலுவலகம்
முத்துக்குமரன் பில்டிங் 3, பெத்துநாயக்கன் தெரு.
(கந்தகோட்டம் அருகில்) பார்க்டவுன், சென்னை - 600 003.



பதிவு எண் 18-27256/94

✆ 560044

பிக்சட் டிபாசிட்டுகளுக்கு கவர்ச்சிகரமான வட்டிகள் கிடைக்கும்.
வட்டிக்கான காசோலைகள் முன்கூட்டியே வழங்கப்படும்.
மேலும் பயனுள்ள திட்டங்களுக்கு நேரில் அணுகவும்

சென்னை மாநகர
சொத்துக்கள் மீது
கடன் கிடைக்கும்





நகைக்கடன்
கிராம் 1க்கு ரூ. 315
மாதவட்டி ரூ 1.95 மட்டும்
வேறு கட்டணம் இல்லை

வெள்ளி விடுமுறை

சேமிப்பு நம் குறிக்கோள்.

இரை தேடுவதோடு இறைவனையும் தேடுவோம்

உறுப்பினராகி பயன் பெறுவீர்!

உங்கள் சமையலிலே ருசி!
ஓயாசிஸ் சேர்த்திடுமே குஷி!!

ஓயாசிஸ்

ஊறுகாய்கள்

மசாலா பொடிகள்





கை தேர்ந்த, வல்லுநர்களின்
சுத்தமான படைப்பு
சீரிய தரக்கட்டுப்பாடு
விதிமுறைகளின்படி
பரிசோதனைக்கு உள்ளானது.
வெளிநாடுகளுக்கு
ஏற்றுமதி செய்யப்படுகிறது.



எல்லா கடைகளிலும் கிடைக்கிறது.

Oasis Food Products
COIMBATORE - 641 027.

Our Sister Concerns

Oasis Exporters, Tiruvandrum.
Oasis Travels, Coimbatore.
Oasis Enterprises, Salem.
West Link International, Salem.

எடைபோடக் கூடாது என்று எண்ணு பவர்கள். தங்களுடைய உடை விஷயத் திலும், அலங்காரம் செய்து கொள்வ திலும், அவர்கள் காட்டும் அக்கறை... - ஒரு குறை இருக்கக் கூடாது. டிப்டாப்பாக, உடைக்கு ஏற்ற 'ஷூ' கூட (மாட்சாக) போட்டுவிட வேண் டும். அந்த விறைத்து, சக்தியற்ற பாதங் களை 'ஷூ'விற்குள் நுழைத்து, திணித்துப் போடுவது மிக்க சோதனை தரும் முயற்சியாகும். பவுடர், செண்ட் என்று வாசனை திரவியங்களைப் போட்டுக் கொள்வதும் - பெண்மணி கள், 'லிப்ஸ்டிக்' தலை அலங்காரம் என்றும் - ஒன்றுமே குறை வைக்கக் கூடாது. எல்லா அலங்காரங்களையும் செய்து கொண்டு அந்த சக்கர நாற் காலியில் அவர்கள் அமர்ந்திருப்பதைப் பார்த்தால் 'சிம்மாசனத்தில் ராஜா, ராணி' உட்கார்ந்திருப்பது போல் கம்பீரமாக இருப்பார்கள்.

"உங்களின் பேஷண்டுகள்... இல்லை... இல்லை, இத்தனை தன்னம் பிக்கை உள்ளவர்களை வியாதியஸ்தர் களாக நாம் சொல்லவே கூடாது. கிளை யண்ட்ஸ் என்றோ, நண்பர்கள் என்றோ அழைக்கலாமா? ஒன்றிரண்டு பேர்களை இங்கே அறிமுகப்படுத்த முடியுமா கல்யாணி?"

"ஓ... தாராளமாக. மிஸ்டர் பிலிப் ஷெரிடன் - வயது 52, 6'3" உயரம். கடந்த பதினைந்து வருட காலமாக இந்த வியாதியில் கஷ்டப்படுபவர். இவருக்கு இந்த வியாதி எப்படி வந்தது என்று ரொம்ப ஆச்சரியப்படுவேன். இளமை நாட்களில் சிறந்த நீச்சல் காரராக, மலை ஏறுபவராக, சிறந்த கால்பந்தாட்டக்காரராக இருந்தவர். பேசும் சக்தி உள்ளது. இரண்டு கைகளிலும் 2, 3 விரல்களுக்குத்தான் சுரணை உண்டு. மற்ற எந்த பாகத் திலும், உறுப்பிலும் உணர்ச்சி இல்லை. தனியாக உள்ளார். அதிக நாள் உயிர் வாழ ஆசை. வாட்ட சாட்டமான உடல். குறிப்பிட்ட நேரத்தில் அவ ருடைய காரியங்கள் நடைபெறா விட்டால், வீட்டில் உள்ள டீ.வி., ஃபிரிட்ஜ் போன்றவைகள் சரிவர வேலை செய்யாவிட்டால், இவருக்கு வரும் கோபமும், ஆத்திரமும் உண்டே அந்த அபார்ட்மெண்ட் கொள்ளாது. முன்கோபி சரியான விசுவாமித்திரர்.



ஏலக்காயின் தோலை தூரப் போடாமல் டப்பாவிலேயே போட்டு வைத்திருங்கள். எப்போதாவது பாயசம், மற்ற ஸ்வீட்டுகள் செய்யும்போது, கொஞ்சம் ஏலக்காய்த் தோலை கொதிநீரில் போட்டு வைத்து, பின் அந்த எஸன்ஸை வைத்துப் பாகு வைக்கலாம். ஏலக்காய் மணம் 'கும்'மென்று வீசும்.

- உமா

இவருக்கு சனி, ஞாயிறுகளில் காலை 9 முதல், மாலை 4 மணி வரை பணிவிடை செய்துவிட்டு வருவேன். "காலிங் பெல்லை அழுத்தியவுடன் இண்டர் காமில் யார்? என்ன? ஏது? என்று தீர விசாரித்துவிட்டு உள்ளே இருக்கும் பட்டனை அழுத்துவார். கதவு திறந்து கொள்ளும் - உள்ளே நுழைந்து ஒரு வினாடி கூட வீணாகா மல் பம்பரம் போல் சுழன்று வேலை களை - அபார்ட்மெண்ட்டைச் சுத்தப் படுத்தி, ஃபர்னிச்சர்களை பாலீஷ் செய்து, காட்டன் பெட்ஷீட், துணிமணி களை வாஷிங் மெஷினில் போட்டு, ட்ரை செய்து, இஸ்திரி போட்டு, கார் பெட் முதலியவற்றை 'வாக்வம் க்ளீன்' செய்து, அவருடைய 'நிக்கி'யின் கழிவுப் பெட்டியைச் சுத்தம் செய்து ('நிக்கி' யார் என்று கேட்கிறீர்களா? அவரு டைய 'பெட்காட்' பூனை) பேங்க், டாக் டர் பார்க்கவும் அழைத்துச் செல்வேன். அவரே காரை அந்த மூன்று விரல்களி னாலேயே மெதுவாக ஓட்டுவார். அங் கெல்லாம் இவர்களுடைய வண்டிகளில் ஹாண்டிகேப் சின்னம் போடப்பட் டிருக்கும். அவருடைய ஆகாரங்கள் சூப், நான்வெஜ், ஸாலட், புட்டிங் போன்ற வற்றை ஃபிரிட்ஜில் வைத்து விட்டு வருவேன். அந்த மூன்று விரல்களைக் கொண்டே மைக்ரோ வேவில் சூடு செய்து கொள்வார். ஸ்பூன், ஃபோர்க் உபயோகித்துச் சாப்பிடுவார். அவருக்கு ஒரு மணி நேரமாவது ஸ்பெஷல் எக்ஸர் சைஸ் செய்ய வேண்டும். ஒவ்வோர் அங்கமும் விறைத்து பாறை போல் கனக்கும். வீல் சேரிலிருந்து

தரைக்கு இறக்கி, கை, கால் எல்லாப் பாகங்களையும் அசைத்துக் கொடுத்து, அவருக்கு உதவி செய்ய வேண்டும்.

மரியன் கோவாரா என்பவளுக்கு இருபத்திரண்டு வயதில் வந்த வியாதி 39 வருடமாக அனுபவிக்கிறாள். வங்கியில் காஷியர் வேலை செய்து கொண்டிருந்தவள் - வியாதி முற்றி வேலையை விடும்படி நேர்ந்தது. மிகப் பருத்த சரீரம். இவரைத் தூக்க ஆறேழு பேர் வேண்டிவரும்.

அவர்கள் மீது பரிதாபமும், பச்சாதாபமும் ஏற்படுகிறது. அவர்களோ அதை எல்லாம் பாராட்டுவதில்லை. ரொம்ப ஜாலியாக இருக்கிறார்கள். தங்களையே வெறுத்துக் கொள்வதோ, என்னைக் கூடிய சீக்கிரத்தில் உன்னிடம் அழைத்துக் கொள் தெய்வமே என்று வேண்டுவதோ இல்லை.

அவர்களுக்கு அரசாங்கத்தில் பல சலுகைகள் செய்து கொடுக்கிறார்கள். செய்தித்தாள்கள் எல்லாம் இலவசமாக அனுப்புகிறார்கள். ஸ்பெஷல் ட்ரிப்ஸ், பிக்னிக், மீட்டிங், பார்ட்டி என்றெல்லாம் அழைத்துச் செல்வேன். சாதாரணமானவர்களைப் போல் அவர்களுடைய பிரத்தியேக கார், ஸ்கூட்டர்களில் ஊரைச் சுற்றுகிறார்கள். ஸ்கூட்டர் எல்லாம் அதிகம் வேகத்தில் போகாது, பாட்டரியில் இயங்கும் சக்தியுடையது. கீழே விழுந்தாலோ, அடிபட்டாலோ, வேறு ஏதாவது உடனடியாகத் தேவைப்பட்டால் டெலிபோன் மூலம் போலீஸைக் கூப்பிட்டு உதவி வாங்கிக் கொள்வார்கள். பல பேர் கல்லூரியில் சென்று படிக்கிறார்கள். வெளியே செல்லும்பொழுது 'டிப்-டாப்'பாக அவர்கள் அலங்காரம் செய்து கொள்வது (செய்யச் சொல்வது) நம்மை அசத்திவிடுகிறது.

"உங்களுக்கு விடுமுறை உண்டா?"

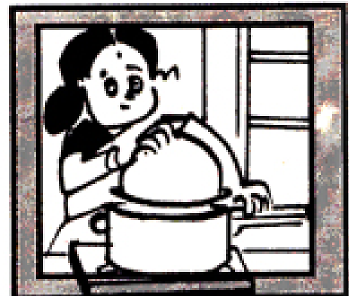
"எங்களைப் போன்றவர்கள் 'லீவு' எடுக்கவே முடியாது. அதிக சிரத்தையுடன் என் உடம்பைக் கவனித்துக் கொள்வேன். தலைவலி, ஜுரம் என்று படுத்துக் கொள்ளவே மாட்டேன். முடியாது. நான் ஒரு வேளை, ஒரு நேரம் போகவில்லை என்றால் என் சகோதர, சகோதரிகளின் தேவைகள் ஸ்தம்பித்து நின்றுவிடும். என் வருகையை ஆவலுடன் ஒரு குழந்தையைப் போல் எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருப்பதையும், நாம் போய்ச் சேர்ந்தவுடன் அவர்களுக்கு ஏற்படும் சந்தோஷமும் சொல்லில் அடங்காது.

நான் செய்யும் இந்த வேலை எனக்கு மனத்திற்கு ஓர் ஆத்ம திருப்தியை அளிக்கிறது. குழந்தைக் காப்பகத்திலோ, பல சரக்குக் கடைகளிலோ வேலை ஏற்றுக் கொண்டிருக்கலாமே? கம்ப்யூட்டர் படித்துள்ளேன். ஸாஃப்ட்வேர் கோர்ஸ் செய்துள்ளேன். வேற எத்தனையோ வேலை எடுத்துக் கொள்ளலாம்தான். இவர்களை என் குடும்பத்தினராகவே கருதி, முழு மனத்துடன், அன்புடன் சேவை செய்கிறேன். என்னையறியாமலேயே இவர்களிடம் அன்பும், பாசமும், பற்றும் ஏற்பட்டுள்ளது. "மானவ சேவை மாதவ சேவை" என்று கருதி சாக்ஷாத் ஸ்ரீமன் நாராயணனுக்கும், மஹாலக்ஷ்மிக்கும் செய்யும் சேவையைப் போல் தோன்றுகிறது" என்கிறார் இந்த வியப்பிற்குரிய பெண்மணி கல்யாணி.

— விசாலம் நாராயணஸ்வாமி

காலையில் வடித்த சாதத்தைச் சூடுபடுத்த மீண்டும் அதை குக்கரில் வைத்தால், மேலும் குழைந்து இறுகியும் விடும். எனவே, சாதத்தைச் சுத்தமான வெள்ளைத் துணியில் வைத்து மூட்டையாக இட்லித் தட்டில் சிறிது நேரம் வைத்திருந்து எடுங்கள். உதிர் உதிராக, சுடச்சுட, அப்போதுதான் சமைத்தது போல் சுவை குன்றாத சாதம் கிடைக்கும்.

- உமா









AALURI SAREES

The Shop Exclusively for **Karishma** *Churidars & Sarees*

Introductory Offer with this Cutting 10%





AALURI SAREES

(DEALER OF KARISHMA CHURIDARS & SAREES)

WHOLESALE & RETAIL

4/24, R.K. MUTT ROAD, LUZ BAZAAR,

MYLAPORE. MADRAS - 600 004.

PHONE: 4935791



இந்த விளம்பரத்தை கொண்டு வருபவர்களுக்கு

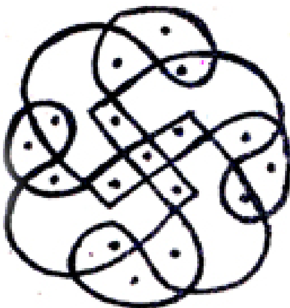
10%

Komala Ads



டிசம்பர் '94 இதழில் வெளியாகியுள்ள தொட்டியில் வளர்ந்து காய்த்துள்ள முருங்கை மரத்தின் படத்தைப் பார்த்தேன். இங்கு என் வீட்டின் மொட்டை மாடியில் ஆறு வருடங்களாக ஒரு பங்கனபள்ளி மாமரம் வளர்த்து வருகிறேன். 1993 இல் ஐந்து பழங்களும் இந்த வருடம் 4 பழங்களும் அதிலிருந்து பறித்தோம்.

- ஜெயலட்சுமி பெருமாள்



டிசம்பர் 94 இதழில் பார்ப்பதற்கு எளிமையாகவும், சுலபமாகவும் ஆனால், குழப்புகின்ற கோலத்தினைப் போலவே இந்தக் கோலத்தினை முயற்சி செய்து பாருங்கள்.

- எஸ். விஜயா

முதல் நாள் நிறைய இட்லி மீந்துவிட்டது என்றால் கவலையே படவேண்டாம். மறுநாள் நாம் சாதம் வைக்கும் குக்கரில், சாதம், பருப்பு வைக்கும்பொழுது, அதன்மேல் மீந்த இட்லிகளைச் சாதாரணத் தட்டில் வைத்து மூடி வெயிட் போட்டுவிட வேண்டும். பிறகு எடுத்துப் பரிமாறினால், சூடான பூப்போன்ற இட்லி கிடைக்கிறது. ரீ-மேக் செய்வதால் ரொம்பவும் மிருதுவாகக் கிடைக்கிறது.

- பி. எஸ். சித்ரா ஸ்ரீதரன்

டீ.வி.யில் சானிடரி நாப்கின் விளம்பரம் ஒன்றில் 'பழைய காலத்திற்கு பைபை' (டாடா) என்று ஒரு பெண்மணி கூறுவதாக உள்ளது. தலைமுறை இடைவெளி அதிகமாகிவரும் இந்நாளில் பழைய காலத்து விஷயங்கள், மனிதர்கள் எல்லாவற்றையுமே அலட்சியம் செய்யக் கூடிய மனோபாவத்தை இந்த வாக்கியம் இளைய தலைமுறையினரிடையே பரவச் செய்யும். விளம்பரதாரர்கள் கவனத்துடன் இதை மனத்தில் கொண்டு, வாக்கியத்தை வேறு வகையாக மாற்றி அமைக்க முன்வர வேண்டும்.

- ஜி. இந்திரா

அப்படியா!

போனஸ்

வழக்கத்தைவிட ஒரு மணி நேரம் (படுக்கையை விட்டு) முன்னதாக எழுவதன் மூலம் மாதத்தில் மற்றவர்களைவிட ஒரு நாளுக்கும் அதிகமான நேரம் கிடைக்கிறது.

- எஸ். மாலதி

இந்த வருடம் நவராத்திரி கொலுவில், எங்கள் வீட்டில் செட்டியார் பொம்மையின் முன் அரிசி, பருப்பு முதலானவை வைப்பதற்கு, பிரிட்ஜில் ஐஸ் கட்டி வைக்கும் பிளாஸ்டிக் தட்டைப் பயன்படுத்தினேன். வரிசையான 12 குழிகளில் அரிசி, பருப்பு, கோதுமை என்று நிரப்பினேன். ஒரே மாதிரியாக இருந்ததாலும், ஜாஸ்தி இடத்தை அடைக்காமல் அழகாக இருந்ததாலும், கொலுவுக்கு வந்திருந்த நண்பர்கள் இதைப் பார்த்துப் பாராட்டினர்.

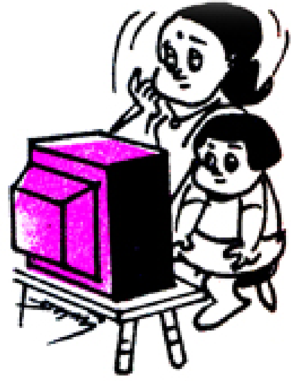
- பிரகதா

ப்ரெட் ஸ்வீட் உப்புமா

ப்ரெட்டை மிக்ஸியில் பொடி செய்து ரவை போல் வைத்துக் கொள்ளவும். உலர்ந்த திராட்சை,

பேரிச்சம்பழம், முந்திரி, டூட்டி ஃப்ரூட்டி முதலிய பழங்களைப் பொடிப்பொடியாக நறுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். வாணலியில் கொஞ்சம் நெய்விட்டுப் பழங்களைப் பொன் நிறத்திற்கு வதக்கிக் கொள்ளவும். பொடி செய்து வைத்த ப்ரெட்டை அதில் கொட்டி மேலும் சிறிதுநேரம் வதக்கவும். இப்பொழுது ஸ்வீட் உப்புமா ரெடி. குழந்தைகள் இதனை மிகவும் ரசித்து உண்பார்கள். செய்வது மிகவும் சுலபம். சத்தும் கிடைக்கும்.

- பத்மாவதி ராதாகிருஷ்ணன்



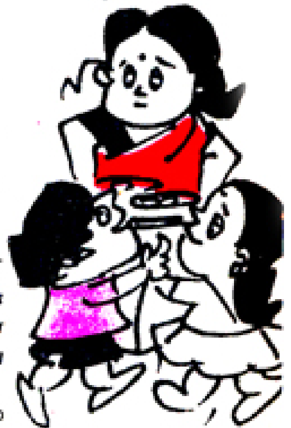
நிப்கின் பற்றிய குமுறலைப் படித்தேன். இங்கு என்னுடைய குமுறலையும் கூற விரும்புகிறேன். அந்தச் சகோதரி கூறியுள்ள விளம்பரங்கள், காட்சிகள் தவிர, வேறு சில காட்சிகளும் அகற்றப்பட வேண்டும். ஒரு தாய்க்குக் குழந்தை பிறக்கிறது. அவள் கட்டிலின் விளிம்பைப் பிடித்துக் கொண்டு பல்லைக் கடித்து, தலையை இப்படியும் அப்படியும் திருப்பி நெளிகிறாள். என் பேத்தி கேட்கிறாள், "அந்த ஆன்ட்டிக்கு என்னம்மா?" என்று. நான் சொல்கிறேன், 'குழந்தை பிறக்கப் போகிறது' என்று. உடனே அவள் சொல்கிறாள், "குழந்தை பிறப்பதென்றால் வலிக்குமா, எனக்குக் குழந்தையே பிறக்க வேண்டாம்மா" என்கிறாள். பிஞ்சு மனத்தில் இந்த எண்ணம் ஏற்படுத்தும் அந்தக் காட்சியினால் யாருக்கு என்ன லாபம்? நடிகையின் நடிப்புத் திறமையை இப்படித்தானா வெளிப்படுத்த வேண்டும்?



மற்றொரு காட்சி : ஒருவர் இறந்து விடுகிறார். அவரைச் சுற்றி வரட்டி அடுக்குவதையும், மகன் தண்ணீர்ப் பானையுடன் சுற்றி வருவதும், தீ மூட்டுவதும் விலாவாரியாகக் காண்பிக்கப்படுகிறது. தன் தாத்தா இறந்தவுடன் ஒரு பாசமுள்ள சிறுவன் அவர் உடலை வீட்டை விட்டுக் கொண்டு போகவே சம்மதிக்காமல் அடம் பிடித்தான். இப்படிப்பட்ட காட்சிகள் டி.வி.யிலும் வருகின்றன.

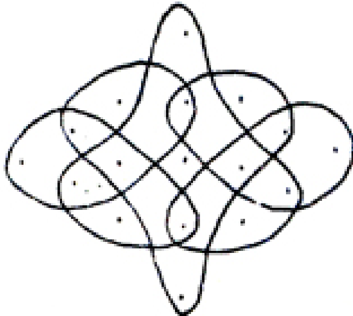
சினிமாவைப் போல் டி. விக்கும் ஒரு சென்ஸார் அமைப்பு இருக்க வேண்டும் என்று எண்ணத் தோன்றுகிறது.

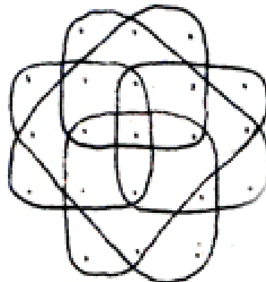
- பார்வதி சுப்பிரமணியன்

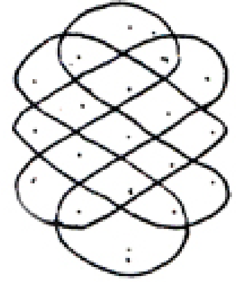


நம்மிடம் உள்ள ரவிக்கைத் துணிகளில் (பிறர் வெற்றிலை பாக்குடன் வைத்துக் கொடுத்தவை) நமக்கு அளவு சரியில்லாதவற்றை இப்போதைய குளிர்காலத்தில் வெளியில் செல்லும்போது தலையில் கட்டிக் கொள்ள ஸ்கார்ப் ஆகப் பயன்படுத்தலாம். விரும்பினால் எம்பிராய்டரி அல்லது பெயிண்டிங் செய்தும் உபயோகிக்கலாம்.

கே. கற்பகம்







குழப்பமிக்க கோலங்கள்

டிசம்பர் '94 இதழில் பப்புஜா அவர்கள் பார்ப்பதற்குச் சிரமமான, ஆனால் எளிமையான கோலங்கள் பற்றிக் குறிப்பிட்டிருந்தார்கள். இதோ இன்னும் சில சாம்பிள்கள் :

- கே. சுஜாதா





10 கட்டளைகள் :



டென்ஷன் குறைத்து வாழ்வில் வெற்றி பெற 10 கட்டளைகள்!

இந்த அவசர யுகத்தில் அன்றாடம் சந்திக்கும் பல பிரச்னைகளுக்கு இடையில் சந்தோஷமான, மனநிறைவான வாழ்வு கிடைப்பது அரிது என்று பலர் நினைக்கிறார்கள். அது முற்றிலும் தவறு. இதோ, இந்த பத்து கட்டளைகளைப் பின்பற்றுங்கள். அப்புறம் பாருங்களேன்!

1. நம்பிக்கை :

எதைப் பற்றியும் கவலைப்பட்டுக் கொண்டே இருக்கக் கூடாது. தன்னம்பிக்கையையும், பாஸிடிவ் எண்ணங்களையும் எப்பொழுதும் வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். மேன்மையான எண்ணம் உள்ளவர்களால்தான் அதிகமாகக் காரியங்களைச் சாதிக்க முடியும். ஒவ்வொரு நாளையும் சந்தோஷத்துடனும், நம்பிக்கையுடனும் எதிர்நோக்க வேண்டும்.

2. புன்னகை :

மோனாலிஸா மாதிரி எப்பொழுதும் புன்னகையுடன் வளைய வந்துதான் பாருங்களேன். அதன் மகத்துவத்தைப் பிறகுதான் புரிந்து கொள்வீர்கள்.

3. தன்னைப் பற்றி எண்ணம் :

தன்னைப் பற்றிக் கொஞ்சம்

கூடக் கவலைப்படாமல் இல்லாமல் நன்கு சுத்தமாக பளிச்சென்று உடுத்தி, தலைவாரி பளிச்சென்று இருந்தால் நமக்கு மட்டுமல்ல, நம்மைச் சுற்றி இருப்பவர்களுக்கும் புத்துணர்ச்சியும், தன்னம்பிக்கையும் வரும்.

4. மன நிறைவு :

சந்தோஷம் என்பது நம் உடல் அழகிலோ, நம் ஃபிக்சட் டெபாசிட் பணத்திலோ, பகட்டிலோ நிச்சயமாக இல்லை. நல்ல துணைவியாக, தாயாக, நல்ல தோழியாக இருப்பதில்தான் உண்மையான மன நிறைவு இருக்கிறது.

5. ஒத்திப் போடாமை :

ஒரு வேலையைச் செய்ய வேண்டுமென்று நினைத்தால் உடனே செயல்பட வேண்டும். என்ன செய்யப் போகிறோம் என்பதை பேச்சளவில் மட்டுமே நிறுத்திவிடக் கூடாது.

6. கவலைப்படாமை :

அதிகமாக நடந்தவற்றையும், நடக்கப் போவதைப் பற்றியும் வீணாகக் கவலைப்படுவதால் வீணாக உடம்புதான் கெட்டுப் போகும். நாமும் சாதாரண மனிதர்கள். தவறு செய்வது சகஜம். கவலைப்பட்டு வீணாக்கும் நேரத்தில் பல பயனுள்ள காரியங்கள் செய்யலாமே!

7. சிறு சந்தோஷங்கள் :

வாழ்க்கையில் நடைபெறும் சிறுசிறு சந்தோஷங்களை நினைத்து ஆனந்தப்படுங்கள். (உ-ம்) ஜோக் படிப்பது, செடியில் பூத்த ரோஜாமலர் கண்டு, பாட்டு கேட்டு, புத்தகம் படித்து . இப்படிப்பட்ட சிறிய சந்தோஷங்களுக்கு அடிக்கடி நேரம் ஒதுக்கினால் நம் உடல் மற்றும் மனம் புத்துணர்வு பெறும்.

8. தோழமை :

அனைவரிடமும் குற்றங்களை நீக்கி நிறைவுகளை மட்டும் நோக்கி அன்புடன் பழகுங்கள். யாரையும் வெறுக்காதீர்கள். மற்றவர்களின் மனங்களை மட்டும் பார்த்து, பணபலத்தைப் பாராமல் பழகுங்கள்.

9. சொல்வதைச் செய்தல் :

எதையும் காலந்தாழ்த்தாமல் சொல்வதைச் செயலில் காட்டுங்கள். எழுத வேண்டிய கடிதமோ, உடல் நலமில்லாதவர்களைப் பார்க்க வேண்டிய வேலைகளை ஒத்திப் போடாமல் சொன்னபடி செய்தால் நம்மைப் பல பின்னால் வரும் சங்கடங்களில் இருந்து காப்பாற்றிக் கொள்ள உதவும்.

10. போதும் என்ற மனம் :

நமக்கு இறைவன் கொடுத்த வரங்களை நன்றியுடன் நினைத்து, போதும் என்ற மனத்துடன், நமக்கும், நம் குடும்பத்தாருக்கும், சுற்றத் தாருக்கும் நம்மால் முடிந்த சிறுசிறு உதவிகளைச் செய்து வந்தால் நம் நிலை தானாகவே உயரும்.

- சாந்தி சுப்பையா



அங்க வித்யா என்ற அங்க ஆரூடம்

அங்கங்களைத் தொடுதலை வைத்தும், சுற்றுப்புற நடப்பை வைத்தும் பிரச்னைத்துக்கு ஆருடம் சொல்லும் கலை. தமிழ் உரை - கடலங்குடி நடேச சாஸ்திரிகள், கே. என். சரஸ்வதி.

விலை ரூ. 8.00

ஜோதிடமும் உங்கள் ஆரோக்கியமும்

ஜோதிடப்படி ஆரோக்கியம், விஷபயம், வியாதி பற்றித் தொகுத்துக் கூறுபவர் கே. என். சரஸ்வதி.

விலை ரூ. 10.00

(இரண்டும் - கடலங்குடி பப்ளிகேஷன்ஸ், 38, நடேச அய்யர் தெரு, தி. நகர், சென்னை - 600 017.)

உங்கள் பிறப்புக்கான காரணம் தெரியுமா?

நம்மை நாமே உணர்ந்து கொள்ள சுவையான கதைகளுடன் வாழ்க்கைத் தர்மத்தைச் சொல்பவர் வைரம் ராஜகோபால்.

விலை ரூ. 12.00

தாயா, தாரமா யார் வேண்டும் உங்களுக்கு?

இப்படிப் பல்வேறு தலைப்புகளின் மூலம் வாழ்க்கையை தர்மத்தோடு வாழ கூறுபவர் வைரம் ராஜகோபால்.

விலை ரூ. 12.00

(கங்கா - காவேரி, 17, காரியங்குடி செட்டித் தெரு, வெளிப்பாளையம், நாகப்பட்டினம் - 611 001.)

மருத்துவ இதயம் பேசுகிறது

நீரிழிவு நோய், வயிற்றுப் பூச்சி, புற்றுநோய் எனப் பலவற்றைப் பற்றியும் சுவையாக எழுதிச் சொல்கிறார் டாக்டர் பி. சி. சிவ ராமன்.

விலை ரூ. 18.00

DO AND SEE YOU CAN BECOME A SCIENTIST

சிறுவர்கள் விரும்பிப் படிப்பார்கள். நடனமாடும் மண், பஸ்ஸர், ஃபேன் இவற்றை இவர்களே செய்வது என நிறைய... ஆசிரியர் வாய்த் தண்ணா.

விலை ரூ. 18.00

(இரண்டும் - நியூ செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ் (பி) லிமிடெட், 41-பி, சிட்கோ இண்டஸ்ட்ரியல் எஸ்டேட், அம்பத்தூர், சென்னை - 98.)

தீனதயாளு

19 - ஆம் நூற்றாண்டில் தோன்றிய பண்டித ச. ம. நடேச சாஸ்திரியாரின் நாவல். நடை எளிய நடையுடன் சுவையுடன் கதை வியப்பைத் தருகிறது.

விலை ரூ. 30.00

சிறுகதை எழுதுவது எப்படி?

ஆசிரியர் சுஜாதா

விலை ரூ. 19.00

(இரண்டும் - குமரிப் பதிப்பகம், 8, நீலா தெற்கு வீதி, நாகப்பட்டினம் - 611 001.)

ஆரோக்கியம் தரும் யோகாசனங்கள்

ஆசிரியர் - பரத்வாஜர்

விலை ரூ. 16.00

பண்டிகைகளும் பலன்களும்

சஷ்டி விரதம், ஆடிப் பெருக்கு போன்றவற்றை ஏன் செய்கிறோம் என விளக்குகிறார் வேங்கடவன்.

விலை ரூ. 16.00

(இரண்டும் - யமுனா பிரசுரம், 18/1, ராஜா பாதர் தெரு, தி. நகர், சென்னை - 17.)

குடும்பத்தில் குழப்பங்களைத் தவிர்ப்பது எப்படி?

குடும்பத்தினர் படிக்க வேண்டிய நூல். ஆசிரியர் - எஸ். ஆர். கோவிந்தராசன்.

விலை ரூ. 16.00

(ஸ்ரீ இந்து பப்ளிகேஷன்ஸ், 2, முத்துக் கிருஷ்ணன் தெரு, தி. நகர், சென்னை - 17.)

மனம் போல வாழ்வு

முல்லை பி. எல். முத்தையாவின் நாவல்

விலை ரூ. 21.00

(தேன்மழைப் பதிப்பகம், 34, கொத்தவால் தெரு, ஆலந்தூர், சென்னை - 16.)

சின்னக் கமலா

கலைஞன் காதல், தாய்ப்பாசம் என உணர்வுகளைப் பின்னிச் சுவையாக நாவலைப் படைத்திருப்பவர் ரா. கி. ரங்கராஜன்.

விலை ரூ. 44.00

(கங்கை புத்தக நிலையம், 13, தீனதயாளு தெரு, தி. நகர், சென்னை - 17.)

காளி அம்மன் - முருகன் பாமாலை

பாடியிருப்பவர் கவிஞர் ம. அரங்கநாதன்

விலை ரூ. 25.00

(வானதி பதிப்பகம், 13, தீனதயாளு தெரு, தி. நகர், சென்னை - 17.)

நரம்புத் தளர்ச்சிக்கு இயற்கை வைத்திய முறைகள்

இயற்கை வைத்திய முறையில் நிறைய வியாதிகளை குணப்படுத்தலாம் என்கிறார் பி. எஸ். ஆச்சார்யா.

விலை ரூ. 16.00

மீண்டும் வெற்றி பெறுவோம்!

அருமையான தலைப்பு. தோல்வி கண்டு துவளாமல் வாழ்க்கையில் வெற்றிபெற கலையாகப் பல தலைவர்களின் வாழ்க்கைச் சம்பவங்களாகக் கூறுகிறார் பி. எஸ். ஆச்சார்யா.

விலை ரூ. 23.00

(இரண்டும் - நர்மதா பதிப்பகம், 16/7, ராஜா பாதர் தெரு, பாண்டி பஜார், சென்னை - 17.)

120 வகைகள் கொண்ட ருசிமிகு சமையல்

ஆசிரியர் உமா. பொடி வகைகள், தொக்கு இன்ன பிற.

விலை ரூ. 19.00

(சங்கீத வாணி, 91, வி. எம். தெரு, மயிலாப்பூர், சென்னை - 600 004.)

ஐஸ்கிரீம், ஜூஸ், சூப், ஜெல்லி - செய்முறைகள்

ஆசிரியர் - பிரேமா ரகுநாதன்.

விலை ரூ. 14.00

வாரியாரின் பொன்மொழிகள்

'வந்த வேலையைச் செய்.
வந்த வேலையை மறந்து மயங்கித் திரியாதே'

தொகுப்பு : எஸ். இரகுநாதன்

விலை ரூ. 12.00

(இரண்டும் - அருண் நிலையம், 17, அம்மையப்பன் சந்து, இராயப்பேட்டை, சென்னை - 600 014.)

திருமணத் தீவு

பாலகுமாரனின் இரண்டு குறுநாவல்கள்

விலை ரூ. 24.00

உன்னிடம் மயங்குகிறேன்

எழுத்தாளர் வித்யா சுப்ரமணியம் எழுதிய நாவல்.

விலை ரூ. 33.00

(இரண்டும் - விசா பப்ளிகேஷன்ஸ், 55, வெங்கடநாராயணா சாலை, தி. நகர், சென்னை - 600 017.)

தர்ம சாஸ்திரம்

வர்ணதர்மம், ஆசிரமதர்மம் விளக்கமாகக் கூறுகிறார் கி. வி. ராதாகிருஷ்ண சாஸ்திரி.

விலை ரூ. 25.00

(ஸ்ரீ கரபி ஜகத்குரு சதாப்தி பப்ளிகேஷன்ஸ், 158/12, லேக் வியூ ரோடு, மேற்கு மாம்பலம், சென்னை - 33.)

சென்னை பச்சையப்பன் கல்லூரி சாதனையாளர்கள்

பெருமைமிகு பச்சையப்பன் கல்லூரியில் படித்து பிற்காலத்தில் உலக அரங்கில் புகழ் பெற்றவர்கள்தான் எத்தனை பேர்! தொகுத்துத் தருபவர் அதே கல்லூரி வரலாற்றுப் பேராசிரியர் கி. சு. கிருஷ்ணசாமி.

விலை ரூ. 75.00

(சூர்யா பதிப்பகம், 777, பூந்தமல்லி நெடுஞ்சாலை, கீழ்ப்பாக்கம், சென்னை - 10.)

கேசட்

முருகன் பாடல்கள்

தன்னுடைய தேனினும் இனிய குரலில் பக்திரசம் ததும்பப் பாடியிருப்பவர் வாணி ஜெயராம். பாடல்களை இயற்றி இசை அமைத்து இருப்பவரும் வாணி ஜெயராம்தான். இனிமையான இசை. எளிமையான பாடல்கள்.

விலை ரூ. 28.00

(வி. ஜே. கேசட்ஸ், பாணி மியூசிக் கம்பெனி, 4-வது மாடி, 88, டி.டி.கே. சாலை, சென்னை - 600 018.)

நெல்லிக்காயும், வேப்பிலையும், துளசியும், மருதாணியும் உங்கள் தோட்டத்திலேயே உள்ளனவா?



ஆம் என்றால் உங்களுக்கு ஷாம்பு தேவையில்லை. உங்கள் தோட்டத்திலேயே கேசப் பராமரிப்புக்கான பொருட்கள் உள்ளன. இல்லையெனில் நெல்லிக்காய், வேப்பிலை, துளசி, மருதாணி ஆகிய நான்கு இயற்கைப் பொருட்கள் உள்ள ஷாம்பு உங்களுக்குத் தேவை. தோட்டத்தில் வளரும் கேசப் பராமரிப்பு – அறிமுகம்: சித்தா. தூய இயற்கைப் பொருட்களால் ஆன ஷாம்பு. முடி உதிர்வதையும், இளநரையையும் தடுக்கும் நெல்லியும், சுத்தமான, ஆரோக்கியமான தலை பரப்பு தரும் வேப்பிலையும், பொடுகிலிருந்து விடுதலை தரும் துளசியும், செழுமையான அழகிய கூந்தலை அளிக்கக் கண்டிஷனராக மருதாணியும் கொண்டது சித்தா. உங்கள் கூந்தலுக்கு இயற்கை தரும் இயற்கை அழகு!

60 மில்லி, 100 மில்லி, 200 மில்லி மற்றும் கைக்கடக்கமான 8 மில்லி சாஷேக்களில் கிடைக்கிறது.

மத்தியக் கிழக்கு நாடுகளுக்கு ஏற்றுமதியாவது.

செயற்கை வண்ணங்கள், திடப்படுத்தும் பொருட்கள் இதில் இல்லை.



சித்தா. தோட்டத்திலிருந்து வரும் ஷாம்பு.

CHANDRIKA ஆயுர்வேத சோப் தயாரிப்பாளரின் மற்றும் ஒரு படைப்பு.



நம்பிக்கை நாணயம் நேர்மை



ஸ்ரீ தேவி கருமாரி அம்மன் எண்டர்பிரைசஸ் -பைனான்ஸ்

தலைமை அலுவலகம் : ஜானகி ரியல் எஸ்டேட், எண் 5, ஆழ்வார் திருநகர் அனெக்ஸ்
சென்னை - 600 087. ☎ : 424676, 425964, 422674, 834634.

மாருதி கார் பரிசு பெறும் முத்தான முக்கனித் திட்டம்

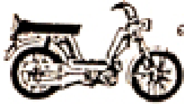


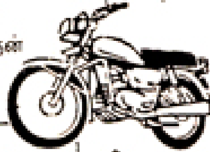
★ இத்திட்டத்தில் பரிசு பெறலாம் !
★ தேவைக்குப் பணம் பெறலாம் !
★ வீட்டு உபயோக பொருள் ஒன்றுஉத்திரவாதம் !

✸ உறுப்பினர் கட்ட வேண்டிய தொகை ரூ. 500/- ✸ சுலப தவணைத் திட்டத்தில்,
முதல் மாதம் ரூபாய் 250/- இரண்டாவது மாதம் ரூபாய் 125/- மூன்றாவது மாதம் ரூபாய் 125/-
✸ உறுப்பினர்களின் எண்ணிக்கை 10,000.



தமிழ் புத்தாண்டு தினமான **14.4.95** அன்று விஜயசேஷ மஹால், வடபழனியில் பொதுவான ஒருவரை நீதிபதியாக வைத்து உறுப்பினர்கள் அனைவரையும் வரவழைத்து 10,000 (பத்து ஆயிரம்) உறுப்பினர் டோக்கனையும் குலுக்கி அதன் மூலம் முதல் 100 நபர்களை தேர்ந்தெடுத்து அவர்களுக்கு விலை உயர்ந்த கவர்ச்சிகரமான பொருட்களை சிறப்பு பரிசாக வழங்கப்படும்.







முதல் பரிசு	-	மாருதி கார் 800 - 1 நபருக்கு
இரண்டாம் பரிசு	-	சென்னை புறநகர் பகுதியில் 1½ லட்சம் ரூபாய் மதிப்புள்ள 1 கிரவுண்டு காலி மனை (பத்திர செலவு உட்பட) - 1 நபருக்கு
மூன்றாம் பரிசு	-	ஹீரோ ஹோண்டா - 3 நபருக்கு
நான்காம் பரிசு	-	விடியோகான் கலர் டி.வி. - 5 நபருக்கு
ஐந்தாம் பரிசு	-	டி.வி.எஸ். 50 - 10 நபருக்கு
ஆறாம் பரிசு	-	குளிர்சாதன பெட்டி - 5 நபருக்கு
ஏழாம் பரிசு	-	இரண்டு சவரன் தங்க நகை விதம் - 10 நபருக்கு
எட்டாம் பரிசு	-	மிக்ஸி 20 நபருக்கு
ஒன்பதாம் பரிசு	-	ஸ்டீல் பீரோ (காட்ரேஜ்) 10 நபருக்கு
பத்தாம் பரிசு	-	சைக்கிள் (35 நபருக்கு)





சிறப்பு பரிசு 100 உறுப்பினர்கள் தவிர்த்து மீதி 9,900 உறுப்பினர்களுக்கும் குலுக்கல் முறையில் வீட்டு உபயோக பொருள் ஒன்று கட்டாயம் பரிசாக வழங்கப்படும்.

ரூபாய் 500/- செலுத்தி பரிசு பொருள் பெற்ற உறுப்பினர்களுக்கு நிர்வாகம் 10,000/- ரூபாயிலிருந்து 50,000/- ரூபாய் வரை 2 சதவீதம் வட்டி மூலம் இரண்டு உறுப்பினர்கள் ஜாமீன் பெயரிலும் லோன் வழங்கப்படும்.



திரைப்பட நடிகை
பானுப்பிரியா

K. ராஜகோபாலன்
(சட்ட ஆலோசகர்)
M.A. (Econ.) M.A. (Lit). M.Ed., M.L.,
D.P.P.A., D.T.L., D.C.B.I., D.C.F. Sc.,

தங்களுக்காக பொறுப்பேற்று நடத்துபவர்
விருகை ஜி. ஜெயராமன், B.A.,
(நிர்வாக இயக்குனர்)

S.M. மன்னார்
இயக்குனர்

இன்றே உறுப்பினராகுங்கள் !

முதல் குரூப்பில் 6000 த்திற்கும் மேல் உறுப்பினர்கள் சேர்ந்து விட்டார்கள். இன்னும் ஏன் காலதாமதம் உறுப்பினர் தொகையை D.D. / M.O. மூலமாகவோ எங்கள் ஏஜெண்ட், நிர்வாக அதிகாரி மூலமாகவோ அல்லது நேரிலோ உறுப்பினராகுங்கள்.



ஒரு ஜாண் வயிறே இல்லாட்டா...!



ஓர் ஏழை, மருத்துவரிடம் சென்று மருந்து கேட்டானாம். "உனக்குத் தேவை மருந்தல்ல, உணவு" என்றாராம் மருத்துவர்.

ஒரு வசதியுள்ளவன், மருத்துவரிடம் ஆலோசனைக்குச் சென்றான். "நீ அதிகமாகச் சாப்பிட்டு அவதிப்படுகிறாய். உனக்குத் தேவை பத்தியம்" என்றாராம்.

மனிதன் வாழ்வதே ஒரு ஜாண் வயிற்றுக்காகத்தான். ஆனால் தேவையான அளவு உண்ணாமலும், தேவைக்கு அதிகமாக உண்டும் அவதிப்படுபவர்களை வாழ்வில் பெரும்பாலும் காணலாம்.

சென்னையிலுள்ள பதினெண் சித்தர் மருத்துவமனைக்கு ஒரு பொறுப்பிலுள்ள அதிகாரி வயிற்றைப் பிடித்துக் கொண்டு வலி தாங்காமல் முனகிக் கொண்டு வந்தார். மருத்துவர் அவரை உட்கார வைத்து ஆசுவாசப்படுத்திவிட்டுக் கேள்விக் கணைகளைத் தொடுத்தார்.

"நீங்கள் தினமும் வேளைக்குச் சாப்பிடுகிறீர்களா?"

"என் பணி காரணமாக வேளை தவறி சாப்பிட வேண்டி வருகிறது."

"நீங்கள் தினமும் ஒழுங்காக மலஜலம் கழிக்கிறீர்களா?"

"சில சமயம் உண்டு. சில சமயம் நான் அதை அடக்கிக் கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது."

"தினமும் போதிய அளவு தண்ணீர் சாப்பிடுகிறீர்களா?"

"அடிக்கடி காப்பி, தேநீர் அருந்துவதால் தண்ணீர் சாப்பிடுவதில்லை."

"பேதிக்குச் சாப்பிடுவதுண்டா?"

"அந்தப் பழக்கம் சிறுவயதோடு போய்விட்டது."

வேலைக்குக் கொடுக்கும் முக்கியத்துவத்தை இவர் வயிற்றுக்கும் உணவுக்கும் கொடுக்கத் தவறியதன் விளைவே இந்த நிலைக்குக் காரணம்.

ஒழுங்காக, அளவோடு சாப்பிடாததால் வயிற்றெரிச்சல், குன்மம் என்ற வயிற்றுப் புண், வயிற்றுவலி ஆகியவை ஏற்படும். அடிக்கடி வாயுப் பொருட்களையும் மாவுப் பண்டங்களையும் சாப்பிடுவதால் வயிற்றுப் புண், புளித்த ஏப்பம் போன்ற கோளாறுகள் ஏற்படும்.

வயிற்றுக் கோளாறுகள் மருத்துவமனையில் சிறப்பான முறையில் குணப்படுத்தப்படுவதைப் பற்றி மேலாண்மை இயக்குநர் திருமதி சிநேகலதா இளங்கோவன் பெருமையுடன் குறிப்பிடுகிறார். வயிற்றுக் கோளாறுகள் சிலவற்றின் காரணங்களையும் அறிகுறிகளையும் அவர் பின்வருமாறு குறிப்பிடுகிறார்.

குன்மம் :

உடலைக் குன்றச் செய்வதால் இந்நோய்க்கு அந்தப் பெயர். நேரம் தவறிச் சாப்பிடுவது, காரமான உணவைப் புசிப்பது, சாப்பிட்ட பிறகு பளுவான வேலை செய்வது, அதிகமான

மனஉளைச்சல், குடிபோதை, புகைபிடிப்பது, அதிக அளவில் மருந்தை உட்கொள்வது ஆகியவற்றால் இவை ஏற்படும்.

வெறும் வயிற்றில் வலி வந்தால் 'காஸ்ட்ரிக் அல்சர்' என்பார்கள். உணவு உண்டால் இது மறைந்துவிடும். சாப்பிட்டு இரண்டு மணி நேரம் கழித்து வலி வந்தால் 'டியோடினல் அல்சர்' என்று பெயர். இதற்கு முறையான சிகிச்சை கொடுக்கப்பட வேண்டும். சில நிலைகளில் வாந்தி ஏற்படலாம். ஏப்பம் வரும், பசியிருக்காது. வயிற்றில் எரிச்சல் இருக்கும். பிரண்டை, மணத்தக்காளி கீரை இதற்கு நல்ல பரிகாரம்.

வயிற்றுப் போக்கு :

அஜீரணம், கிருமிகள் தொற்றுவது, நச்சுத் தன்மையுள்ள ஊசிப் போன உணவை உண்பது, அதிக மாவுப் பொருளை உண்பது, காரம் அதிகமாகச் சாப்பிடுவது, அளவுக்கு மீறி புலால் உண்பது ஆகிய காரணங்களால் இது ஏற்படுகின்றது. பொதுவாகவே இன்றைய நிலையில் நம்மிடையே சரியான உணவுப் பழக்கம் இல்லை. குழந்தைகளுக்கும் அதிக கேக், சாக்லேட் என இனிப்புச் சுவை கொண்ட பொருட்களையே தருகிறோம். இவையெல்லாம் வயிற்றின் எதிரிகளாகும். 'அறு சுவை உணவு' என அக்காலத்தில் வைத்திருந்தார்கள். எல்லாச் சுவையும் சமமாக இருக்க வேண்டும்.

அடிக்கடி வயிற்றுப் போக்கு, மலஜலம் நீர்க்கப் போவது, சில சமயங்களில் ரத்தத்துடன் அல்லது சளியுடன் கலந்து போவது, வயிற்றுப் புரட்டல் ஏற்படுவது இவையெல்லாம் இந்தக் கோளாறு ஆரம்பித்துவிட்டதன் அறிகுறிகளாகும். மாங்கொட்டைப் பருப்பு, காப்பி, தேயிலை கஷாயம் இதற்கு மருந்தாகும்.

மலச்சிக்கல் :

சரியான உணவுப் பழக்கம் இல்லாமை, அதிக நீர் உட்கொள்ளாமை, மலத்தை அடக்குவது இவை மலச்சிக்கலில் கொண்டுவிடும். பெரும்பாலான நோய்களுக்கு மலச்சிக்கலே அடிப்படைக் காரணம். மலச்சிக்கல் ஏற்பட்டால் தலைவலி, வயிற்றுவலி ஏற்படும். வயிறு கனக்கும். பசி இருக்காது. ஒருவித அசௌகரியமான உணர்வு ஏற்படும்.

முறைப்படி உணவு உண்ணுவதன் மூலம், போதிய அளவு நீர், கீரை, பழங்கள் உண்பதன் மூலம் இதைச் சரிப்படுத்தலாம். வாயுப் பொருட்களைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

பெருவயிறு :

கிருமி தொற்றுவதாலும் அதிக வாயுப் பொருட்களைச் சேர்ப்பதாலும் இது ஏற்படும். வயிறு உப்புசமாக இருக்கும். அடிக்கடி ஏப்பம் வரும். மலம், நீர் சரியாகப் போகாது. நீர்ச்சத்துள்ள காய்கறிகள் உணவில் சேர்ப்பது இதற்கு நல்லது.

மஞ்சள் காமாலை :

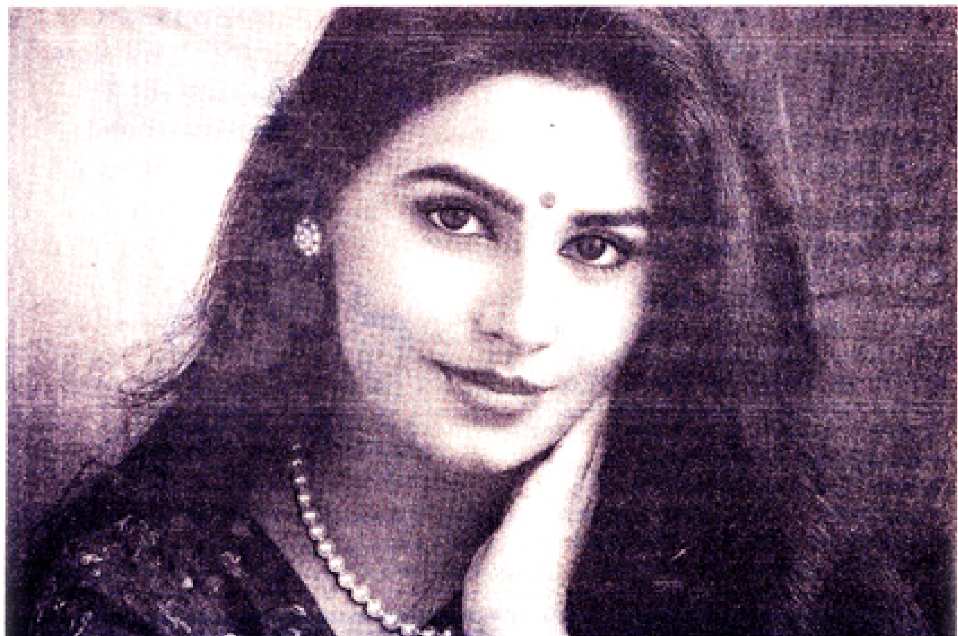
கிருமி தொற்றுவதாலும் வரும். பித்தப் பையில் கல் இருந்தாலும் வரும். சிறுநீர் மஞ்சளாகப் போகும். கண், நகக்கண், தோல்

சேமியா பாயசம் நிறைய பால் ஊற்றிச் செய்தாலும் அப்படியே பாத்திரத்தில் வைத்துவிடுவதால் வெகு சீக்கிரத்திலேயே இறுகிக் கெட்டியாகி தம்ளரில் ஊற்றிக் குடிக்க முடியாமல் போய்விடுகிறது. ஆகவே சேமியா பாயசம் செய்ததும் உடனே அதை 'ஹாட்பேக்' கிண்ணங்களில் ஊற்றி வைத்து மூடிவிட்டால் எத்தனை நேரமானாலும் பாயசம் நாம் ஊற்றிய நிலையிலேயே பதமாகவும் சூடாகவும் திரவ நிலையிலேயே இருக்கும்.

- வி. சுபத்ராதேவி



சருமத்திற்கு ஊட்டமளிக்கும் போதே உங்கள் முகப்பருக்களுக்கும் சிகிச்சை அளியுங்கள்.



உங்கள் சருமத்தின் மீது சாந்திக் இடத் தொடங்கியதும், இரண்டு அற்புதங்கள் நிகழ் கின்றன:

சாந்திக்கில் அடங்கியுள்ள இதமளிக்கும் மூலிகைச் சத்துக்கள் உங்கள் பருக் களுக்கு சிகிச்சை அளிப்ப தால் அவை விரைவிலேயே மறையத் தொடங்கு கின்றன...

உங்கள் சருமமும் சாந்திக் கின் இயற்கைப் பொருட் களில் உள்ள சிறந்த போஷாக்கை ச்ர்த்து, இதுவரையில்லா ஆரோக்கியத்தோடு பளபளக்கிறது.



இன்னமும் கேளுங்கள்: சரும சுருக்கங்கள், சரும விரிவால் உண்டான கோடுகள், பல மாசுகள், களங்கங்கள் மறையத் தொடங்குகின்றன — போனஸ் ஆக.

ஆம், சாந்திக் உங்கள் மேனியில் அற்புத மாற்றங் களைச் செய்கிறது. இன்றே உபயோகித்து நீங்களே கண்டு உணருங்கள்.

சாந்திக்

இரு-தன்மையளிக்கும் மூலிகை சத்துள்ள முகப்பொலிவு பேக்.

தர்ஷண ட்ரெடிஷனல் ப்ராடக்ட்ஸ், 46, பகல்லா ரோடு, தி.நகர், சென்னை-600 017. போன்: 8254790.

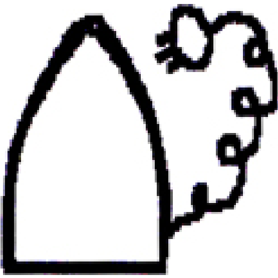
சாந்திக் பம்பாயில் கிடைக்கும் இடங்கள்: • நிருபால் ப்யூட்டி பார்லர், காட்கோபர் (E) போன்: 5112407 • Raunak என்டர்ப்ரைஸஸ், டோம்பிவிலி (E) போன்: 471868.

மற்றும் தமிழ்நாடு, பாண்டிச்சேரி, கேரளா, பெங்களூர், ஹைதராபாத்தில் முன்னணி கடைகளில் கிடைக்கிறது. திருச்சி: பிக்-என்-பாக், செல்லா ஸ்டோர்ஸ். திருநெல்வேலி: பழனி ஆண்டவர் ஏஜென்ஸி, 25L பராசக்தி பில்டிங்.

சாந்திக் கிடைக்காத இடங்களில் டீலர்கள் தேவை. • சாந்திக் ஆயுர்வேத மருந்து.

எக்ஸ்போர்ட் விவரங்களுக்கு கம்பெனியை அணுகவும்.

Anugrah 1776/94 Tam



இஸ்திரி பெட்டியை தவறுதலாகப் படுக்க வைத்து அதனால் தீப்பற்றிக் கொண்டு, அதன் ப்ரவுன் கறை பெட்டியின் அடிப் பாகத்தில் ஒட்டிக் கொண்டிருந்தால் பெட்டியை ஆற வைத்து அந்தக் கறைகளின்மேல் ஏதாவதொரு சமையல் எண்ணெயைத் தடவி அப்படியே 'ஆன்' செய்துவிடவும் (நிமிர்த்தி வைத்து). சிறிது நேரங்கழித்து ஆஃப் செய்து ஓர் ஈரத்துணியில் துடைத்துப் பாருங்கள்... அடை அடையாய் வந்துவிடும். இது என் அனுபவத்தில் கண்டது.

- அனுபல்லவி

மஞ்சளாகக் காணப்படும். வாந்தியிருக்கும். பசியே இருக்காது. சாப்பிடவே பிடிக்காது. இதனால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் எண்ணெய் பதார்த்தம் சாப்பிடக் கூடாது. கீழாநெல்லி, மஞ்சள் கரிசலாங்கண்ணி, இளநீர், கரும்புச் சாறு, இதற்கு நல்ல பரிகாரம். ஆவியில் வெந்த பண்டங்கள் மட்டும் சாப்பிடலாம்.

கிரஹணி :

மாவுப் பண்டம், கெட்டுப் போன உணவு, நச்சுத்தன்மை கொண்ட உணவைச் சாப்பிடுதல், அதிக அளவு உண்பது, புலால் அதிகமாகச் சாப்பிடுவது இவற்றாலும் அஜீரணத்தாலும் இது ஏற்படும்.

வயிற்றுப் போக்கு நீராக, சளி ரத்தத்துடன் அடிக்கடி போகும். வயிற்றில் வலி இருக்கும். பசி அவ்வளவாக இருக்காது. வயிற்றுக் கோளாறு உள்ளவர்கள் பொதுவாகக் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய நியதிகள் -

1. தினமும் குறித்த காலத்தில் சாப்பிட வேண்டும்.

2. மிதமான அளவுடன் உண்ண வேண்டும்.

3. உணவில் காரம், கிழங்கு, மாவுப் பொருட்கள் அதிகம் சேர்க்கக் கூடாது.

4. தினமும் காலையில் கூடிய மட்டும் நிறைய நீர் அருந்த வேண்டும்.

5. கீரை, பழங்கள், காய்கறிகள் அதிகம் சாப்பிடக் கூடாது.

6. பழைய உணவை, ஊசிப் போன உணவைச் சாப்பிடக் கூடாது.

7. ஜீரணமாகும் நேரத்தில் உடலுறவு தவிர்க்க வேண்டும்.

சித்த மருத்துவ முறைப்படி சில நல்ல யோசனைகளை மருத்துவர்கள் குறிப்பிடுகிறார்கள் :

காலையில் - பால்,
மதியம் - தயிர்,
இரவில் மோர் சாப்பிடுவதே முறை,
மும்முறை உண்பவன் ரோகி
இருமுறை உண்பவன் போகி
ஒருமுறை உண்பவன் யோகி

இன்றைய அவசர உலகில் அனைவரும் ஓடியாடி வேலை தேடுகிறார்கள். வேலை கிடைத்ததும் பல பணிகளில் ஈடுபடுகிறார்கள். பணத்திற்குக் கொடுக்கும் முக்கியத்துவத்தை உடலுக்குக் கொடுக்கத் தவறிவிடுகின்றனர். வயிற்றுக் கோளாறுகளுக்கான அறிகுறிகள் தோன்றிய உடனாவது அதற்கான பரிகாரம் தேடுவது நல்லது.

- ஜெயா

நிறைய பேர் பதினெண் சித்தர் மருத்துவ மனையின் முகவரி கேட்கிறார்கள். அவர்களுக்காக -

திருமதி. ஸ்நேகலதா இளங்கோவன்,
8-ஏ, நந்தி ஹூப் தெரு,
சி.ஐ.டி. நகர் (மேற்கு),
தி. நகர், சென்னை - 35.
தொலைபேசி : 451474



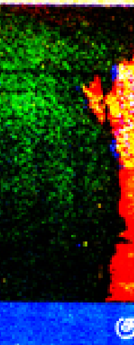














ஆயிரம் கரங்கள் நீட்டி அருளாசி தருவான்!

மங்கையர் மலர் & வைகிங் இணைந்தளிக்கும்

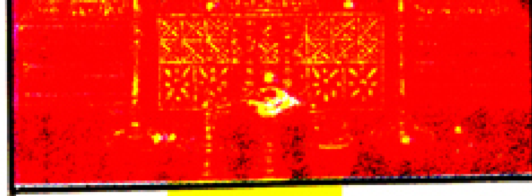
ஆன்மீகப் பக்கங்கள்

கண்கண்ட தெய்வமாக அம்பாளையும், ஐயப்பனையும், முருகனையும், ஏழுமலையானையும் இன்னும் அவரவர் அனுபவப்படி எத்தனையோ தெய்வங்களை வணங்குகிறோம். நடமாடும் தெய்வங்களாக இன்றும் பல மகான்கள் வாழ்ந்து வருகிறார்கள். இவர்களை அனுபவ உணர்வின் அடிப்படையில் உணர்ந்து கொண்ட ஆத்மா இதயத் தாமரையால் நமஸ்கரிக்கிறது. இவையெல்லாம் இங்கு நாம் காணும் ஆன்மீக அனுபவங்கள்.



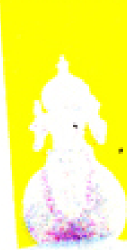
இதே போல நம்மைச் சுற்றி இயங்கும் காற்றும், மழையும், புவனமும், விண்ணும் நம்மைப் பாதிப்பது போல வானவெளியில் சஞ்சரிக்கும் கிரகங்களும் கூட நம்மைப் பாதிக்கத்தான் செய்கின்றன. இதை விஞ்ஞானிகளும் ஏற்றுக் கொள்ளத்தான் செய்தனர். இதைத்தான் நம் முன்னோர்கள் நவக்கிரக வழிபாடாக்கினர். நவக்கிரகங்களும் நம் வாழ்வில் பல்வேறு மாற்றங்களை

மஞ்சுளா ரமேஷ்



செய்யத்தான் செய்கின்றன. குருதசை, சுக்கிர தசை, சனிதசை இவையெல்லாம் நாம் அடிக்கடி கேள்விப்படும் விஷயங்கள்.

நவக்கிரக நாயகர்களைப் பற்றி எழுத வேண்டும் என்று ஆரம்பித்த போது கிடைத்த விஷயங்கள் வியப்பிற்குரியதாக, நம் முன்னோர்களின் தெய்வீக ஆற்றலை வியந்து போற்றக்கூடியதாக இருந்தது.



இதைப் பற்றி முதலில் பிரஸ்தாபித்தவரே வைகிங் பனியன் கம்பெனியின் உரிமையாளரான ஹரிதாஸராவ்தான். ''கும்பகோணத்தைச் சுற்றி நவக்கிரக நாயகர்களுக்கு என கோயில்கள் உள்ளன. ஒவ்வொரு கோயிலில் ஒவ்வொருவர் சிறப்புப் பெறுகிறார். நீங்கள் இவர்களைப் பற்றி எழுதலாமே!'' என்றார்.



நவகிரகங்களை பார்க்கும் போதுதான் வாழ்வியல் உண்மைகள் எத்தனை உணர முடிகிறது. எல்லாவற்றிற்கும் மூலவன் சூரியன். தண்ணொளி தருபவன் சந்திரன். புத்தி தருபவன் புதன். நிறைய சொல்லலாம்...



அந்த வகையில் முதலில் சூரியனார் கோயிலுக்குப் போவோம். வேதங்களும், காவியங்களும் போற்றிப் புகழ்ந்து வணங்கியது ஆதவனை. காரணம் அவன் நம் கண்ணால் காணக்கூடிய தெய்வம். நாளும் அவன் விழித்தெழுந்து பூமியன்னையின் மேல் தன் கிரணங்களால் வருடும் போதுதான் உயிர்கள் சிலிர்க்கின்றன; கண் விழிக்கின்றன, எழுகின்றன.



மலர்களை மலர்விப்பவனும் அவனே. ஓரறிவு முதல் ஆறறிவு வரை உள்ள அனைத்து உயிர்களுக்கும் மூலாதாரமானவன் அவன்தான். அதனால்தான் 'ஆதித்ய ஹ்ருதயம்' இவனைப் போற்றி வணங்குகிறது. சூரிய நாராயணன் எனப் போற்றப்படுகிறான்.



இப்பேர்ப்பட்ட தெய்வீக நாயகனான சூரியன் நவகிரகங்களிலே முதன்மையானவன், நடுநாயகமானவன். இவனுக்குக் கும்பகோணத்திற்கு அருகில் சூரியனார் கோயில் எனும் ஊரில் கோயில் உள்ளது. இது தஞ்சை மாவட்டத்தில் திருவிடைமருதூர் வட்டத்தில் திருமங்கலக்குடி எனும் ஊரில் இருந்து அரை கிலோ மீட்டர் தூரத்தில் உள்ளது. கும்பகோணம், மாயவரம்.



ஆடுதுறை, திருப்பனந்தாள் ஆகிய ஊர்களில் இருந்து நிறைய பஸ் வசதிகள் உண்டு.

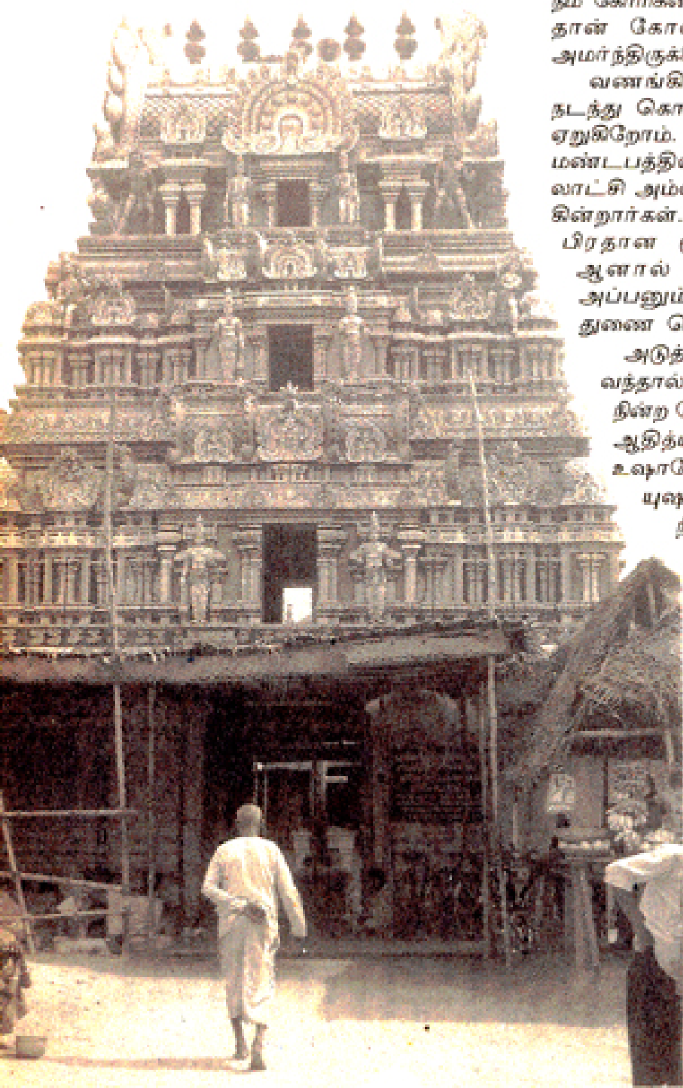
சூரியனுக்கு என கோயில்கள் புகழ்பெற்ற கொனாரக்கிலும், காஷ்மீரத்தில் 'மார்த் தாண்ட்' என்ற இடத்திலும், ஆந்திராவில் ஆரவல்லி என்ற இடத்திலும் இன்னும் பல இடங்களிலும் இருக்கின்றன. ஆனால் இந்தியாவில் வேறு எங்கும் இல்லாத வகையில் ஆகமவிதிப்படி கோயில் அமைக்கப் பெற்று, முழுமையான பூஜை, வழிபாட்டு முறை, உற்சவங்கள் என நடைபெறுவது இக் கோயிலில் மட்டும்தான். எனவேதான் இது 'பரிகார க்ஷேத்ரமாக'க் கருதப்படுகிறது. சூரிய கிரகத்தால் பாதிக்கப்பட்டவர்களை இக் கோயிலுக்குத்தான் அனுப்புகிறார்கள்.

இக்கோயில் எப்படி அமைந்திருக்கிறது எனப் பார்க்கலாமா? 'கோபுர தரிசனம் பாப விமோசனம்' எனக் கோபுரத்தைப் பார்த்து கரம் குவித்து உள்ளே நுழையும் போது இடப்புறத்தில் நிறைய சாதுக்கள் அமர்ந்து பன்னிரு திருமுறை, தேவாரப் பாடல்களை பாடிக் கொண்டிருந்தார்கள். அவர்களையும் கடந்து உள்ளே நுழைந்தோம்.

வலப்புறம் கோள் தீர்த்த விநாயகர் அமர்ந்திருக்கிறார். நவக்கிரகங்களுக்கும் முன்னவன் எல்லார்க்கும் முழு முதலானவன் விநாயகனே. இவனின்றி மற்றோர் தெய்வம் வந்திப்பதோ? எனவே விழுந்து வணங்குகிறோம். கோயிலின் தலைமை அர்ச்சகர் நடன தியாகராஜன் சொல்கிறார்:-

"கோள் தீர்த்த விநாயகரின் முன்பு நாம் இக்கோயிலுக்கு எந்தக் குறைக்காக, பரிகாரத்திற்காக வந்திருக்கிறோமோ அதைச் சொல்லி பிரார்த்தித்து வணங்க வேண்டும். இவரிடம் பிரார்த்தனை செய்து கொண்டால் போதும். பிள்ளையார் விக்னமின்றி நம் கோரிக்கையை நிறைவேற்றுவார். எனவே தான் கோள்தீர்த்த விநாயகராக இங்கு அமர்ந்திருக்கிறார்."

வணங்கிப் பிரார்த்தித்து இடப்புறம் நடந்து கொடி மரத்தைச் சுற்றி மண்டபம் ஏறுகிறோம். உள்ளே நுழைந்தவுடன் ஸ்தபன மண்டபத்தில் ஸ்ரீகாசி விசுவநாதரும், விசாலாட்சி அம்மையும் அமர்ந்து அருள் பாலிக்கின்றார்கள். மற்ற கோயில்களில் இவர்கள் பிரதான மூர்த்திகளாக இருப்பார்கள். ஆனால் இக்கோயிலில் அம்மையும் அப்பனும் சூரியனார் அருள்பாலிக்கத் துணை செய்கிறார்கள்.



அடுத்து கடந்து மகாமண்டபத்திற்கு வந்தால் கருவறையில் மேற்கு முகமாக நின்ற கோலத்தில் செவ்வாடை அணிந்த ஆதித்யன்! இவருக்கு இடப்புறத்தில் உஷாதேவியும், வலதுபுறத் தில் பிரத்யுஷா தேவி எனும் சாயாதேவியும் நின்ற வண்ணம் அருள் பாலிக்கிறார்கள். சூரிய பகவான் கையில் செந்தாமரை மலர்களை ஏந்தி, புன்முறுவலுடன் காட்சி தருகிறார்.

'அஸ்வத் வஜாய வித்மஹே
பத்ம ஹஸ்தாய தீமஹி'
தந்நோ : சூர்ய
ப்ரசோதயாத்'

என சூரிய காயத்ரி சொல்லி போற்றுகிறோம். இவனே ஆயுளை நீட்டிப்பவன், ஆரோக்கியம் தருபவன், உயிர்களுக்கெல்லாம் உணர்வைத் தருபவன். இவனையே போற்றி வணங்குகிறது ஆதித்ய ஹ்ருதயம்!

நம் தமிழ்ப் பண்பாடும்

அதுதான். 'நன்றி மறப்பது நன்றன்று' என்று எப்போதும் நமக்கு நன்மை செய்பவர்களைத் தமிழர் மறப்பதில்லை. நம் தைத் திங்கள் பொங்கலே சூரிய வழிபாடுதானே! விவசாயி வயலிலே பாடுபட்டு உழைத்து நெல்மணியைப் பொன்மணியாய்க் கண்டவன் அவன் பணம் பார்க்கப் பறக்கவில்லை; 'என் வாழ்வு செழிக்க வைத்தவன் நீயே' என 'ஆயிரம் கரங்கள் நீட்டி அணைத்த' அன்னை போன்ற சூரியனுக்கே விழா கொண்டாடுகின்றான். புத்தரிசி நெல்லும், புதுப்பானைப் பொங்கற் சோறுமாக நம் தமிழகமே அல்லவா திருவிழாக் கோலம் பூணும்!

இத்தனையும் நம் சிந்தனையில் ஓடுகிறது. இவனைப் பற்றிச் சொல்லும் போது இவன் சிம்ம ராசிக்கு அதிபதி, நவக்கிரகங்களுக்கு நடு, அதிதேவதை அக்கினி, நிறம் சிவப்பு, வாகனம் ஏழு குதிரை பூட்டிய தேர் என்பார்கள். இவனுக்குப் ப்ரீதியானவை கோதுமை தானியமும், செந்தாமரை மலரும், சிவப்பு ஆடையும், மாணிக்கமும் ஆகும். நிவேதனம் கோதுமைச் சக்கரான்னம். சமித்து வெள்ளெருக்கு, உலோகம் - செம்பு!

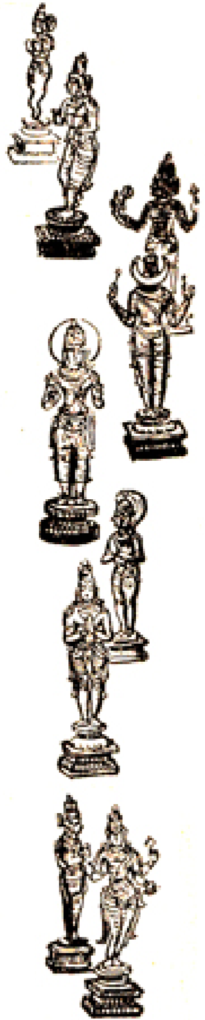
எல்லாமே ரக்தவர்ணம்! அதனால்தான் வேதங்கள் இவனை,

'ரக்தவர்ணம், ரக்தவஸ்த்ரம், ரக்தகந்தம்,
ரக்தபுஷ்பம், ரக்தக்ஷத்ர த்வஜபாதகம்'

என்று போற்றி வணங்குகிறது. ஆனாலும் சூரியனார் கோயிலில் சூரிய பகவான் படைக்கலம் ஏந்தியோ, உக்ரரூபமாகவோ இல்லை. அதனால் தான் இந்த க்ஷேத்திரத்தைப் 'பரிகார க்ஷேத்ரம்' என்பார்கள். பாதிக்கப் பட்டவர்கள் பரிகாரம் தேடிக் கொண்டு தோஷ நிவர்த்தி பெறக்கூடிய தலமாகும்.

'குரு பார்க்கக் கோடி நலம் வரும்' என்பார்கள். இங்கு சூரியனார்க்கு நேராக குருபகவான் நின்ற திருக்கோலத்தில் உள்ளார். சூரியனின் உஷ்ண கிரணங்களைத் தணித்து, ஞானப்பயன் பெருகச் செய்ய இங்கே குரு அருள்பாலிக்கிறார். குருவும் வலது கையால் அபயமுத்திரையே காட்டு கிறார். இவ்விருவரையும் நமஸ்கரிக்கிறோம்.

சூரியபகவான் எழுந்தருளியுள்ள கருவறையின் மேல் கோபுரம் உள்ளது. இதில் பன்னிரண்டு மாதங்களில் சூரியன் எந்தெந்த காலங்களில்



• கோபுரத்தில் சூரியனாரின் வடிவங்கள்

எப்படிக் காட்சி தருகிறான் எனச் சிற்பங்களாகச் செதுக்கி இருக்கிறார்கள். குளிர் காலத்தில் சூரியனுக்குக் கருப்பு வர்ணம் உள்ளது. அந்தக் காலத்தில் இவருடைய மைந்தனாகப் பிறந்தவனே சனிபகவானாம். அதேபோல யமன், அசுவினி, சுக்ரீவன், கர்ணன் ஆகியோரும் புத்திரர்களே. யமுனை, பத்திரை இருவரும் புத்திரிகள் என்பர்.

குருபகவான் அருள்பாலிக்கும் இடத்திற்கு மேலும் சிறிய விமானம் கட்டப்பட்டுள்ளது. இதில் மீன் சிற்பங்கள் அற்புதமாகப் பொறிக்கப்பட்டுள்ளன. அடுத்து மகா மண்டபம் வழியாக இறங்கி வந்தால் மீதி எழுவருக்கும் தனித்தனி கோயில்கள் அமைந்துள்ளன. தென் மேற்கில் சனீச்வரனும், தெற்கில் புதனும், தென்கிழக்கில் அங்காரகனும், கிழக்கில் சந்திரனும், வடகிழக்கில் கேதுவும், வடக்கில் சுக்கிரனும், வடமேற்கில் ராகுவும் அருள்பாலிக்கிறார்கள். சூரியனைச் சுற்றியுள்ள எட்டுத் திசைகளிலும் எட்டு கிரகநாயகர்களும் எழுந்தருளி இருக்கிறார்கள்.

எல்லா மூர்த்திகளும் சாந்த ஸ்வரூபமாக, வலது கையால் அபய முத்திரை காட்டி இடது கையைத் துடையில் ஊன்றி நிற்கிறார்கள். இவர்களுக்கான படைக்கலன்கள் வாகனங்கள் இங்கு இல்லை. இது இவர்களுக்கு வீடு, க்ஷேத்ரம். தன்னுடைய வீட்டுக்குள்ளே எந்தப் படைவீரனாவது துப்பாக்கியும், கையுமா நிற்பானா? வேண்டுவோர்க்கு வேண்டும் வரம் தரும் அபய முத்திரையோடு தான் இவர்கள் உள்ளனர்'' என்கிறார் நடன தியாகராஜன். இவர்கள் அனுக்கிரக மூர்த்திகள்.

இவர்களைக் கடந்து கடைசியில் தேஜஸ் சண்டேஸ்வரரை வணங்க வேண்டும். சூரியன் ஒளிமயமானவன், தேஜஸ்வரூபி. எனவே அவருக்கு உரிய சண்டேசர் தேஜஸ் சண்டேசர். இவரிடம் பிரார்த்திக் கொண்டு வெளியே வர வேண்டியதுதான்.

இத்திருத்தலம் ஒரு காலத்தில் வெள்ளெருக்கங் காடாக இருந்ததால் க்ஷேத்திரத்தின் தலவிருட்சம் வெள்ளெருக்கஞ் செடியாகக் கருதப்படுகிறது.

இக்கோயிலில் ஆடிச் செவ்வாய், ஆவணி புதன் ஞாயிறு, நவராத்திரி, விஜயதசமி, கார்த்திகை ஞாயிற்றுக் கிழமை, சனி குரு பெயர்ச்சிகள், சங்கராந்தி ஆகியவை விசேஷமாகக் கொண்டாடப்படுகின்றனவாம். அதேபோல மற்றொரு சிறப்பு பரிவேட்டைக்கு முருகனைத் தான் எழுந்தருளச் செய்வார்கள். ஆனால் இங்கு பிரதான மூர்த்தியின் புதல்வனை சனீஸ்வர பகவானை திருமங்கலக்குடி திருமாந்துறையிலிருந்து வரும் முருக உற்சவ கிரகங்கள் அழைத்துச் செல்கின்றன. பருத்திக்குடியில் பரிவேட்டை ஆடுவது சனீஸ்வர பகவானே!

இப்படி நிறையச் சிறப்புக்கள் கொண்ட இக் கோயில் திருவாவடுதுறை ஆதீனத்தின் கீழ் வருகிறது. இக் கோயிலின் மானேஜர் ராஜசேகரிடம் பேசிக் கொண்டிருந்த போது பல சுவையான செய்திகளைச் சொன்னார். "இக் கோயிலுக்கு வழிபட வருகிறவர்கள் உண்டா?'' எனக் கேட்ட போது,

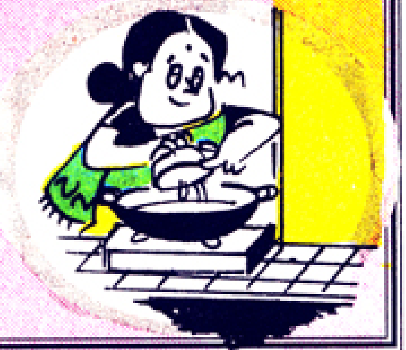
"நன்றாகக் கேட்டீர்கள் போங்கள். எப்போதும் பக்தர்கள் வந்தவண்ணம் இருக்கும் க்ஷேத்திரம் இது. ஆகம விதிப்படி பூஜை நடக்கும் கோயில் என்பதால் சூரியனுக்குப் பரிகாரம் செய்ய எல்லா ஜோதிடர்களும் இக்கோயிலைத்தான் சொல்லுவார்கள். எனவே எப்போதும் நல்ல கும்பல் இருக்கும்.

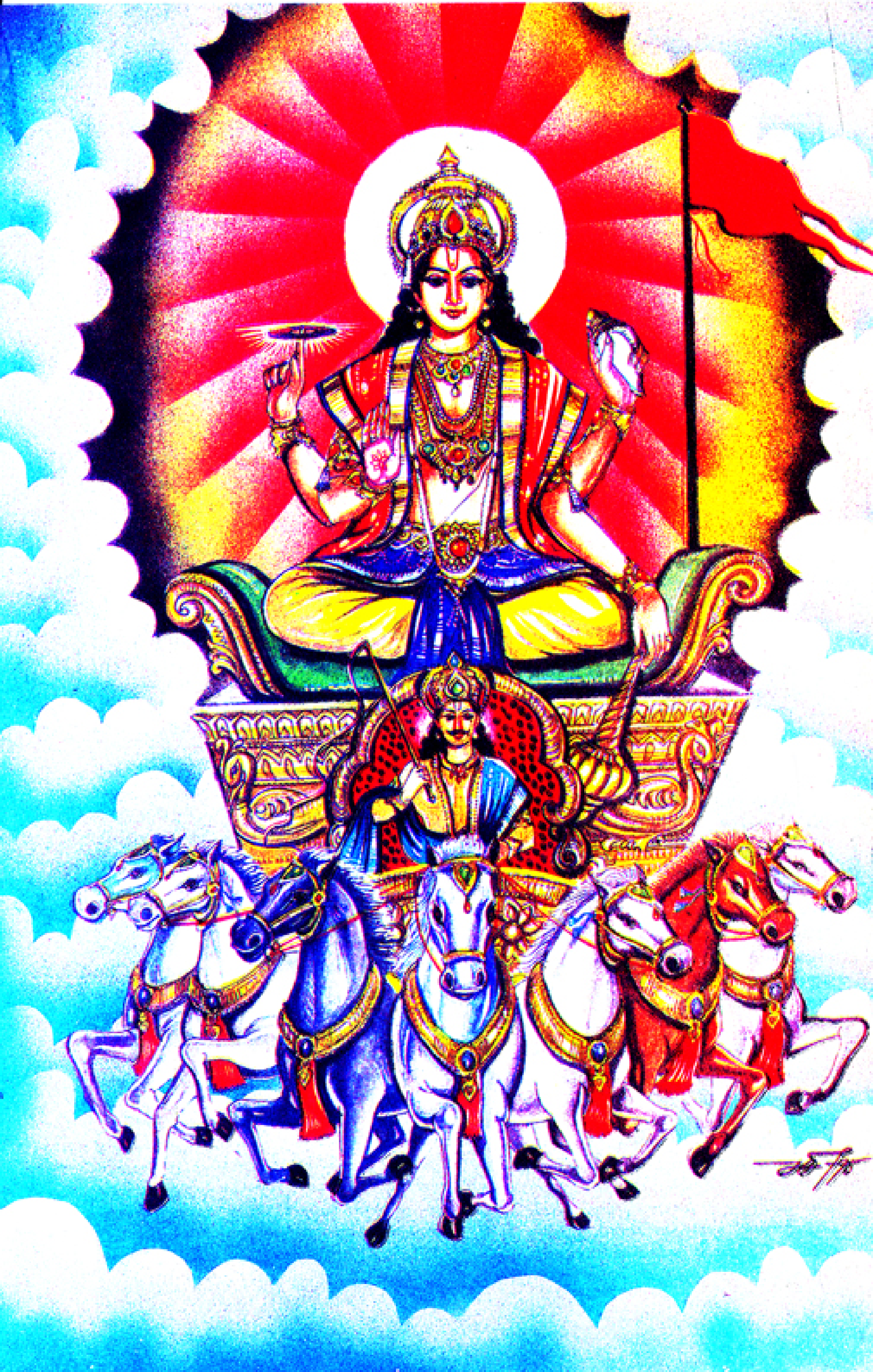
பலருடைய தோஷ நிவர்த்தியை என் கண்ணாலேயே பார்த்திருக்கிறேன். கேரளாவிலிருந்து கண் பார்வை குறைந்த தன் பையனை ஒருவர் அழைத்து வந்திருந்தார்கள். படிப்படியாக அந்தப் பையன் ஒளிபெற ஆரம்பித்தான். அதே போல இருதய நோய் உள்ளவர்கள் இங்கு வருவதுண்டு.

பரிகாரங்களிலே தலையாயது சாதுக்களுக்கு அன்னமிட வேண்டும் என்பது. இங்கு வருபவர்கள் சாதுக்களைத் தேடியலை

பயறு வகைகளைக் குக்கரில் வேக வைக்கும்போது சிறிது தண்ணீர் அதிகமாக வைத்து, வெந்தபின் அந்த நீரை இறுத்து, நாம் வைக்கும் ரசத்தில் கலந்து விட்டால் தினமும் ஒருவித ரசம், வித்தியாசமாக வைக்கலாம். காய்கள் வேகவிடும் நீரையும் இவ்வாறு செய்யலாம்.

- உமையாள்







ஒரு நாள் இரவு சாப்பாட்டிற்கு தேங்காய்ச் சட்டினி அரைத்திருந்தேன். என் கணவரும் குழந்தையும் பொடி தான் வேண்டும் என்று கூறிவிட்டனர். சட்னியை என்ன செய்வது? திடீர் யோசனை... சட்டினியை தோசை மாவில் கலக்கி நெய் ஊற்றி மெல்லியதாகச் சுட்டேன். சூப்பர் டோஸ்ட் ரெடி.

- பி. ஜானகி

வதைப் பார்த்தோம். பல சாதுக்களும் இங்கே இருந்து கொண்டிருந்தார்கள். இவர்களை ஒரு முறைப்படுத்தப்பட்ட நிலையில் இருக்கச் செய்ய வேண்டும் என முயற்சி செய்தோம். இப்படித்தான் இப்போது இங்கு கிட்டத்தட்ட முப்பது சாதுக்கள் இருக்கிறார்கள். இவர்கள் காலை, மாலை இருவேளையும் பஜனை, வழிபாட்டுப் பாடல்களைப் பாடுவார்கள். பக்தர்கள் தோஷ நிவர்த்திக்குக் கட்டும் பணத்திலே இவர்களுக்கு உணவளிக்கப்படும். எப்போதும் கோயிலிலேயே இவர்களைப் பராமரிப்பதால் சங்கடங்களுக்கு இடமில்லாமல் போகிறது" என்றார்.

ஓ, கோபுர வாசலில் நாம் பார்த்த சாதுக்கள் இவர்கள்தானா? நல்ல ஏற்பாடுதான்.

இக்கோயிலுக்கு வந்து வழிபட எண்ணுபவர்கள் இராச கோபுரத்திற்கு வெளியே வடக்கில் உள்ள சூரியபுஷ்கரணியில் நீராட வேண்டும். பின்னர் நாம் முன்னால் சொன்னபடி கோயிலில் நுழைந்து ஒவ்வொரு கிரக நாயகர்களாக வணங்கிச் செல்ல வேண்டும். தேஜஸ் சண்டேஸ்வரரை வணங்கி மீண்டும் கோள்தீர்த்த விநாயகரை வணங்கி முடிக்க வேண்டும்.

இங்கு களத்திர தோஷம், புத்திர தோஷம், விவாஹப்பிரதி பந்த தோஷம் எனப் பல வற்றிற்கும் நிவர்த்தி செய்கிறார்கள். ஞாயிற்றுக் கிழமை தோறும் வழிபடுவது இன்னும் விசேஷம்.

இந்த க்ஷேத்திரத்தின் ஸ்தல மகிமையைப் பற்றிச் சொல்லும் போது, காலவ முனிவர் முன் ஜென்மத்தில் செய்த பாபத்தால் தன்னைத் தொழுநோய் பீடிக்க உள்ளது என உணர்ந்தாராம். அதைப் போக்க முன் வினைப் பயனை ஊட்டும் நவக்கிரகங்களை நோக்கித் தவமிருந்திருக்கிறார். இவர் தவத்தில் மகிழ்ந்த நவக்கிரக நாயகர்கள் பாப விமோசனம் அளித்தார்களாம். இதைக் கேள்விப்பட்டு பிரமன் முன்வினைப் பயன் மீறிச் செயல்படுவது குற்றம் எனச் சபித்திருக்கிறார். இதனால் தாங்களே அப் பாபத்தால் பீடிக்கப்பட்ட நவக்கிரகங்கள் பிரமனின் அருளாசிப்படி இவ்வூருக்கு வந்து எழுபத்தியெட்டு நாட்கள் எர்க்க இலையில் ஒரு பிடியளவு தயிர் அன்னம் உண்டு தவமிருந்து சாபவிமோசனம் பெறுகிறார்கள். இவர்களின் தவம் கண்டு மெச்சிய பிராணநாதரும், மங்கள நாயகியும்,

"இனி நீங்கள் தவமிருந்த இடமே உங்களுக்குத் தலமாக மாறட்டும். நீங்கள் அங்கே குடியிருந்து உங்களை வந்து வணங்குவோருக்கு சுதந்திரமாக அனுக்கிரகம் செய்யலாம்" என வரமும் அருளுகிறார்கள். அதனாலேயே இந்த க்ஷேத்திரம் பரிகார க்ஷேத்ரமாகவும், அனுக்ரஹ க்ஷேத்திரமாகவும் மாறியது என்பர்.

இந்தக் கதையிலே வரும் ஒரு செய்தி மருத்துவச் செய்தியாக இருப்பது வியப்பாக உள்ளது. நவக்கிரகங்களே தொழுநோயால் பீடிக்கப்பட்ட போது தவம் இருப்பது சரி. எருக்க இலையில் ஒரு பிடி அன்னம் வைத்து உண்ண வேண்டும் எனச் சொன்னது ஏன் என்பதற்கு அகத்தியர் விளக்குகிறார், "எருக்க இலையில் தயிரன்னத்தை வைத்தால் எருக்கின் சாரத்தில் ஒரு அணுப்பிரமாண அளவு தயிரன்னத்தில் கலக்கும். அதுவே தொழுநோய்க்கும் சிறந்த மருந்து. எருக்கின் சாறில் ஒரு அணுப்பிரமாணத்தைத் தனியாக பிரித்தெடுக்க இதுவே மருத்துவ வழி என்பதாலேயே பிரம்மன் உங்களுக்கு அப்படிச் சொன்னார்!" வியப்பூட்டும் தகவல் இல்லையா அது?

இப்படி எத்தனையோ செய்திகளுடன் சகஸ்ரகிரணம் கொண்ட உஷாதேவி, சாயா தேவி உடனுறை ஸ்ரீ சந்திரசேகர சூரியனை வணங்குகிறோம். "நீயே அனைத்து உயிர்க்கும் மூலமுதல்வன்" என மனம் முனு முணுக்கப் பிரார்த்திக்கிறோம்.

படங்கள் : ராஜு

உதவி : **வைகிங் நிட்டர்ஸ், திருப்பூர்**

மங்கையர் மலர் & சௌபாக்யா வெட் கிரைண்டர்

இணைந்து வழங்கும் கட்டுரைப் போட்டி

சாதித்து சௌபாக்கியம் பெற்றேன்!

திருமணம் என்பது நாம் அறிந்தே நமக்கு உண்டாகும் புதிய ஜனனம். புகுந்த வீடோ புரியாத சூழல். புத்தம் புது மனிதர்களுக்கு மத்தியில் நமக்கென்றே நம்மைச் சுற்றி நல்லது கெட்டது எது வந்தாலும் மூன்று முடிச்சுகளால் நம்மை ஆக்கிரமித்துக் கொள்ளும் அந்தப் புதிய மனிதர், இனி கணவர். அவர் குணம் எப்படி? இயல்பு எப்படி? குடிகாரராக இருக்கலாம், கோபக்காரராக இருக்கலாம். ஏன் கொடூர மனம் கொண்டவராக இருக்கலாம். கொடிய வியாதிக்காரராக இருக்கலாம். உலகத்தோடு ஒத்து போகாத ஒன்றுமே தெரியாதவராக இருக்கலாம்.

மேலே குறிப்பிட்ட எவையாவது ஒன்று இருக்குமென்றால் - அது மனைவிக்குக் குறைபாடாகி விடலாம். அது எதிர் பார்க்காத முரண்பாடான பிரச்னை மிகுந்த வாழ்க்கையாகி விடலாம். அந்தச் சூழல் மனைவியை மனப் போராட்டத்தில் அழுத்தி, வெதும்ப வைத்திருக்கலாம். கொஞ்ச காலம் விட்டுக் கொடுத்திருக்கலாம். ஆனால் வாழ்க்கையை அதன் போக்கில் விடாமல் சுதாரித்து சமயோசிதமாக வாழ்க்கையை ஏற்று அவரோடு அன்பு கொண்டு அனுசரணையாக, போராடி பிரச்சினைகளை சமாளித்திருக்கலாம். ஒரு காலக் கட்டத்தில், அதே கணவர்... மனைவியின் நல்லெண்ணங்களையும் செயல்களையும் புரிந்து, தன் மனைவி காட்டும் வழியில் நடக்க ஆரம்பித்து உள்ளம் பூரிக்க பாராட்டியிருக்கலாம். அவரை, உங்கள் கணவரை எப்படி உங்கள் வசம் ஆக்கினீர்கள்? அந்த வெற்றியை எப்படி அடைந்தீர்கள்?

உங்கள் அனுபவத்தை, அல்லது நீங்கள் கண்ட ஒரு பெண்ணின் அனுபவத்தை எழுதியனுப்புங்கள். தேர்ந்தெடுக்கப்படும் கட்டுரைகளுக்கு -

சௌபாக்யாவின்

முதல் பரிசு - **2 லிட்டர் டில்டிங் வெட்கிரைண்டர்**
இரண்டாம் பரிசு - **1½ லிட்டர் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் வெட்கிரைண்டர்**
மூன்றாம் பரிசு - **1½ லிட்டர் மைக்கா வெட்கிரைண்டர்**
ஆறுதல் பரிசு - **ஆறு பேருக்கு ரூ. 500/-**

- கட்டுரைகள் அனுப்பக் கடைசி தேதி 15.2.95
- தபால் உறையின் மீது 'சாதித்து சௌபாக்யம் பெற்றேன்....' போட்டிக் கட்டுரை எனக் குறிப்பிடவும்.
- போட்டிக் கட்டுரைகளைத் திருப்பியனுப்ப இயலாது.
- ஆசிரியர் தீர்ப்பே முடிவானது
- கட்டுரைகளை மங்கையர் மலர், ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 97 என்ற முகவரிக்கு அனுப்பவும்.

சேமிப்புக்குச் சிறந்த வழி!

1. ரியல் எஸ்டேட்

பெண்கள் நினைத்தால் முடியாதது எதுவும் இல்லை. நாடு, வீடு, பெண்கள் இல்லை என்றால் படும் பாடு.... இப்படி இருந்தும் கூட, பல வீடுகளில் நிதித்துறை பெண்கள் கைகளில் இல்லை. மத்ய தர வீடுகளில் மாதச் செலவுக்கான பணம் பட்ஜெட் போடப்பட்டு பெண்கள் கைகளில் கொடுக்கப்படுகிறது. ஆனால் சேமிப்பு என்று வரும் போது அவளின் பங்கு அங்கு மிகவும் குறைவே. வீடு வாங்குவது, பங்குகள் வாங்குவது... இவற்றிற்கு யோசனைகள் பெண்களிடம் கேட்கப்படுவதில்லை. அப்படியும் விடுவதில்லை பெண்கள். இழுபறியாய் செலவிற்குக் கொடுக்கப்பட்ட பட்ஜெட் பணத்தை, அங்கே இங்கே மாற்றிவிடுகிறார்கள். தவிரவும் அடுக்குமாடிக் கட்டிடங்களில் இப்போது பெண்கள் 'சிட்' நடத்த ஆரம்பித்து விட்டார்கள். பல பெண்கள் கோயம்புத்தூர், கல்கத்தா என்று புடவைகளை 'ஹோல் சேலில்' எடுத்து 50/100 ரூபாய் லாபத்தில் விற்று வியாபாரம் செய்ய ஆரம்பித்து விட்டார்கள். இன்னும் நிறைய பேர்கள் பங்குகளின் விலையைப் பற்றி விரிவாக விவாதிக்கிறார்கள். வேலைக்குப் போகும் பெண்களைப் பற்றி கேட்கவே வேண்டாம். இப்படி பெண்களும், ஆண்களுக்கு இணையாக பணம் சம்பாதிக்கும் போது, இருவருமே சேர்ந்து சேமிப்புப் பங்கீடு பற்றி முடிவு செய்வதும் நல்லது.

இப்படி நடக்க வேண்டுமென்றால், சேமிப்பு விதங்கள் பற்றி, அதன் நன்மை தீமை பற்றி தெரிந்திருப்பது மிகவும் அவசியம். இந்த நோக்கோடு, இந்த மாதத்திலிருந்து ஒவ்வொரு சேமிப்பாக எடுத்துக் கொண்டு அதைப் பற்றி விரிவாகப் பேசுவோம்.

ரியல் எஸ்டேட்

இருக்க வீடு, உடுக்க துணி, வயிறார சாப்பாடு' - ரியல் எஸ்டேட்டின் முக்கியத்துவம் இதிலேயே புரிந்திருக்கும். உண்டியல் நிறையகாக என்றோ, கழுத்து நிறைய நகைகள் என்றோ, ஃபைல் வழிய பங்கு பத்திரம் என்றோ, இவற்றை அடிப்படைத் தேவைகளில் சொல்வதில்லை. மச்சோ, குச்சோ இருக்க ஒரு இடம் அதுவும் 'தன்' இடம் என்று இருந்து விட்டால் அதற்கு ஈடு இல்லை.

ரியல் எஸ்டேட் என்றால் வீடு மட்டும் அல்ல. வீட்டு மனைகள், விவசாய நிலம், டைம் ஷேர்ஸ், இவை அனைத்தும் தான். காலம் காலமாக மனைகள் வாங்கிப் போடுவது, இல்லை வீடுகளாக வாங்கி வாடகைக்கு விடுவது என்று யாரும் சொல்லாமலேயே ரியல் எஸ்டேட் ஒரு மாபெரும் சேமிப்பாக இருந்திருக்கிறது. இந்த வித சேமிப்பால் நன்மைகள் மட்டும்



தானா என்று பார்த்தால், அப்படி இல்லை. எல்லா சேமிப்பிற்குமே அதற்கு உண்டான கஷ்ட நஷ்டங்கள் இருக்கும். மற்றவர்கள் செய்கிறார்கள் என்று நாமும் செய்யாமல் நன்மை தீமைகளை அலசிப் பார்த்து நமக்கு வேண்டுமென்ற சேமிப்பைத் தேர்ந்தெடுத்தால் பணம் பன்மடங்கு பெருக வாய்ப்புண்டு.

இப்போது ரியல் எஸ்டேட்டை ஒரு சேமிப்பாக அலசிப் பார்ப்போம். ரியல் எஸ்டேட்டுக்கும் மற்ற சேமிப்பிற்கும் ஒரு வேறுபாடு இருக்கிறது. மற்ற சேமிப்புக்கு 'monetary assets' என்று சொல்லுவோம். ஆனால் வீடு மற்றும் ரியல் எஸ்டேட்டை 'Real assets' என்று சொல்ல வேண்டும். இந்த 'Real asset' சேமிப்பதன் மூலம் லாபம் என்ன?

வீடு

முதலில் வீடு வாங்கிப் போடுவதைப் பற்றி:

1. நாம் முதலிலேயே சொல்லியபடி, தங்க ஓர் இடம் நம் அத்யாவஸ்ய தேவை. வீட்டை சேமிப்பாக பார்ப்பதை விட, தேவையாகக் கொள்ளலாம். ஆனால் இதே வீடு, ஒன்றுக்கு மேல் இருந்து விட்டால் அப்போது சேமிப்பாக மாறிவிடும். ஆனால் இவை யாவும் சேமிப்பிற்குக் கையில் நிறைய பணம் இருக்கும் போது செய்ய வேண்டிய யோசனைகள். அன்றாடம் நடப்பே கஷ்டத்தில் போய்க் கொண்டிருக்கும் பட்சத்தில், ஒரு வீடு வாங்குவது கூட சேமிப்பாக மாறிவிடும். வீட்டை வாங்கிப் போட்டவர் யாரைக் கேட்டாலும் இப்போது இருக்கும் விலையில் பத்தில் ஒரு பங்கு விலைக்குத்தான் வீட்டை வாங்கியிருப்பார்கள். அதாவது, கடந்த 10-12 வருடங்களில் வீட்டின் மதிப்பு 10 மடங்காக உயர்ந்திருக்கிறது. அதனால் வீடுகளை சேமிப்பாகக் கொள்வதால் 'Capital appreciation' நிறையவே இருக்கும்.

2. வீடுகள் வாங்க கடனுதவி சுலபமாகக் கிடைக்கும். தங்குவதற்கு வீடு என்று கேட்டால் LIC, HDFC, Can Fin Homes. இப்படி நிறைய institutions கடன் கொடுக்க முன்வருகிறார்கள். இதன் காரணம் நாம் முன்பே சொல்லியபடி தங்குவதற்கு வீடு என்பது அத்யாவஸ்ய தேவை. Luxury அல்ல. அதனால், கடனுதவி மிகவும் சுலபமாகக் கிடைக்கும். வீடுகள் வாங்குவதில் உள்ள ஒரு பெரிய கஷ்டம் லட்சக்கணக்கில் பணம் தேவைப் படுவதுதான். இந்தத் தேவையை institution பூர்த்தி செய்யும் போது, வீடு வாங்குவது கொஞ்சம் சுலபமாகப் போய் விடுகிறது.

3. யோசித்துப் பார்த்தால், வீட்டின் மேல் பணம் போடுவதன் மூலம் நம் செலவை நாம் asset ஆக மாற்றிவிடுகிறோம். சொந்த வீடு இல்லாவிட்டால், வாடகை வீட்டில் இருக்க வேண்டும். அப்போது மாதா மாதம் கொடுக்க வேண்டிய வாடகை பெரும் செலவுதான். நாளை வீட்டைக் காலி செய்து வேறு இடம் சென்று விட்டால் கையில் கிடைக்கப் போவது ஒன்றும் இல்லை. ஆனால் கடன் வாங்கி வீட்டைக் கட்டியோ இல்லை நேராக வாங்கியோ முடித்து விட்டால், இதே வாடகையை loan instalment என்று சொல்லி திருப்பிக் கொடுக்க வேண்டியிருக்கும். 10/20 வருடத்திற்குப் பின் இவ்வாறு கொடுக்கப்பட்ட வாடகை (instalment) நாம் கொடுக்க வேண்டிய கடனை முழுவதுமாக அடைத்து விட்டு நம் கையில் சொளையாக ஒரு வீட்டையும் கொடுக்கும். நாம் நம் செலவை ஒரு Real asset ஆக மாற்றிவிட்டோம்.

4. வீடு ஒரு அத்யாவஸ்ய தேவை என்று கொண்டதால், அரசாங்கம் வருமான வரி மற்றும் சொத்து வரிகளில் நிறைய விலக்கு அளித்திருக்கிறது. வருமான வரியைப் பொறுத்தவரை, நாம் தங்கியிருக்கும்/வாடகைக்கு விட்டிருக்கும் ஒரே ஒரு வீட்டிலிருந்து வரும் வாடகையின் மேல் வரி செலுத்த வேண்டாம். தவிர கடனுதவி பெற்று, வீட்டைக் கட்டி/வாங்கி இருந்தால், இந்தக் கடனுக்கு மேலான வட்டி, ஒரு அளவு வரை நம் taxable income லிருந்து குறைக்கப்படும். சொத்து வரியைப் பொறுத்த வரை, ஒரே ஒரு வீட்டின் மதிப்பு வரிக் கணக்கில் சேர்த்துக் கொள்ளப்பட மாட்டாது. ஒன்றுக்கு மேல் வீடுகள் இருந்தாலும், அதன் மதிப்பு வாங்கிய விலையில எடுத்துக் கொள்ளப்படுமே தவிர இப்போது உள்ள மார்க்கெட் விலையில் அல்ல. இந்த வரி விலக்குகள் வீட்டை மிகவும் முக்கியமான சேமிப்பாக மாற்றி விடுகிறது.

என் தோழி 'தேநீர்' தயாரித்துக் கொடுத்தாள். சுக்கு, புதினா சேர்த்த டீ. சுவையை ரசித்தவாறே பேசிக் கொண்டிருந்த போது என் தங்கையின் சுடிதாரில் தேநீர் சிந்தி விட்டது. உடனே என் தோழி, தேநீர் சிந்தி கறைபட்ட இடத்தில் அஸ்காவைப் போட்டுத் துடைத்தாள். பிறகு சோப்புக் கரைத்த நீரில் முக்கிய துணியினால் துடைத்து விட்டாள். தேநீர் கறை மாயமாக மறைந்தே போய்விட்டது.

— எம். அனுசந்தா



5. இன்னுமொரு முக்கிய அம்சம். இந்த சேமிப்பில் நமக்கு மாதா மாதம் recurring income வர வாய்ப்புண்டு. வாடகைக்கு விடுவதால் கணிசமான தொகை மாதச் செலவிற்குக் கிடைத்து விடுகிறது. என்றோ 500 ரூபாய்க்கு வாங்கிப் போடப்பட்ட இடம், இன்று மாதம் சுளையாக 5000 ரூபாய் கொண்டு வருகிறது. வீட்டு வாடகையைப் பொறுத்தவரை ஏற்றம்தானே தவிர இறக்கமில்லை.

சரி 'ரியல் எஸ்டேட்' சேமிப்பின் கஷ்ட நஷ்டங்களுக்கு வருவோம்.

1. இந்தச் சேமிப்பில் உள்ள மிகப் பெரிய கஷ்டம் recurring expenditure. வீட்டை வாங்கிப் போட்டோம், கவலை இல்லாமல் இருக்கலாம் என்று நினைத்தால் நடக்காது. மூன்று வருடத்திற்கு ஒருமுறை பெயின்டிங், வெள்ளையடித்தல், அப்போதைக்கு அப்போது செய்ய வேண்டிய சின்னச் சின்ன உடைசல் ரிப்போர்கள் என்று சேமிப்பாக ஆரம்பித்த வீடு, செலவுக்கு முக்கிய காரணமாக பூதாகாரமாய் நிற்கும். இதையெல்லாம் விட மிகப் பெரிய செலவு Property tax. வீட்டை நாம் உபயோகிக்கிறோமோ இல்லையோ, வரி நம் தலையில். தற்போது உள்ள வரி ஏற்றத்தில் சேமிப்பை விட செலவுதான் அதிகம் என்று தோன்ற வைத்துவிடும்.

2. வீடு வாங்கியபின் செய்ய வேண்டிய செலவுகள் ஒருபுறம் இருக்கட்டும். வீட்டை வாங்கும்போது உள்ள செலவுகள் தனி. தரகர்களுக்கு வெட்ட வேண்டிய கமிஷன், வீட்டை ரெஜிஸ்டர் செய்ய ஸ்டாம்ப் பத்திரங்கள், அதை டைப் செய்ய செலவுகள். ரெஜிஸ்ட்ரார் ஆபீஸ் செலவுகள் (இதைப் பற்றி தனி கட்டுரையே எழுதிவிடலாம்!) மற்றும் மற்றும் மற்றும்... அதனால் சேமிப்பு பட்ஜெட் போடும்போது அதில் 2 - 3% இம் மாதிரியான செலவுகளுக்கு என்று தனியே எடுத்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

3. என்னதான் institutions கடனுதவி செய்தாலும், margin money என்று சொல்லப்படும் பணம் நாம் நம் பங்கிற்கு செலுத்த வேண்டும். இப்போதுள்ள வீடு விலை ஏற்றத்தில், இந்த 'நம் பங்கு' அவ்வளவு லேசான சமாசாரம் அல்ல. இந்த வித சேமிப்பைப் பற்றி சிந்திக்கத் தொடங்கி ஒரு ஐந்து வருடமாக நாம் செயல்பட்டால்தான், இந்த முன் பணம் கொண்டு வர நம்மால் சாத்தியப்படும்.

4. இன்னுமொரு மிகப் பெரிய கஷ்டம் இந்தச் சேமிப்பு என்றும் நம் உடன் இருக்காது. அதாவது mobility இல்லை. நாம்

போகும் இடமெல்லாம் தூக்கிச் செல்ல முடியாது. நகையோ, இல்லை பாங்க் பணமோ, இல்லை பங்கு பத்திரமோ இவற்றில் இந்தக் கஷ்டம் இல்லை. நம் சேமிப்பு நம் கண் பார்வையில். வாடகைக்கு விடப்பட்ட வீடு படும்பாட்டைப் பார்த்தால் பேசாமல் சேமிப்புக் கணக்கில் பணத்தைப் போட்டு விட்டு உட்கார்ந்து விடலாம் என்று தோன்றும்.

5. இதைத் தவிர tenancy act படி ஒருவர் ஒரு வீட்டில் 14 வருடத்திற்கு மேல் குடி இருந்தால் அந்த வீடு அவருக்குச் சொந்தமாகி விடும் அதன் சொந்தக்காரருக்கு இன்னுமொரு வீடு இருக்கும் பட்சத்தில். இதனால் இந்தச் சேமிப்பில், நாம் அஜாக்கிரதையாக இருந்தால் 'நரி காக்கா வடை' கதைபோல் நம் வீடு நம் கையிலிருந்து லபக். இப்படிப்பட்ட வாடகைக்காரர்களை வீட்டை விட்டு துரத்த சாம தான பேத முறைப்படி கொடுக்க வேண்டிய பணச் செலவுகள் தனி.

6. Liquidity' அதாவது கலபமாகக் காசாக்குதல். இந்தச் சேமிப்பில் இந்த liquidity இல்லை. வீட்டை விற்க முடியும். ஆனால் அது கலபத்தில் முடியக் கூடிய காரியம் அல்ல. வீட்டைச் கலபமாக விற்று விடலாம், ஆனால் கொடுக்க வேண்டிய பணத்தை வாங்குவது அவ்வளவு கலபமானதல்ல. அதனால் இந்தச் சேமிப்பில் மிகவும் தேவையான liquidity இல்லாததால், ஒரு அவசரம் என்று வந்தால் கஷ்டம்தான். ஆனால் பணத் தேவைக்கு, வீட்டின் மேல் கடன் வாங்க முடியும். அப்படிச் செய்யும் போது கடனுக்குக் கொடுக்கப்பட வேண்டிய வட்டி ஒரு பெரிய மாதாந்திர செலவாகி விடும்.

7. கடைசியாக, இந்தச் சேமிப்பில் rate of return அதாவது நம் முன் பணத்துக்கு நமக்குக் கிடைக்கப் போகும் லாபம் மிகவும் குறைவு. இது 5% - 7% இருக்கும்.

வெறும் பிக்ஸட் டெபாஸிட்டிலேயே இதை விட அதிக லாபம் கிடைக்கும். ஆனால் இந்தச் சேமிப்பில் இருக்கும் ஒரு நன்மை. இது inflation ஐ ஜெயிக்கவல்லது.

ப்ளாட்

வீட்டிற்கும், ப்ளாட்டிற்கும் அதிக அளவு வித்யாசமில்லை. குறை, நிறைகள் இரண்டுக்குமே ஒன்றுதான். ஆனால் ப்ளாட்டை வீட்டுடன் சேர்த்துப் பார்க்கையில், வீட்டில் பணம் போடுவதுதான் நல்லது. காரணம், கட்டிடத்திற்கு என்றுமே மதிப்பு குறைந்துவிடும். நாளாக நாளாக வாங்கிய விலையை விட குறைந்த விலையில் ப்ளாட்டை விற்க வேண்டிய நிலைமை வந்துவிடும். ஆனால் வீட்டைப் பொறுத்த வரையில், நிலத்திற்கான மதிப்பு ஏறுமே தவிர குறையாது. கட்டிடத்தில் நஷ்டம் வந்தால் கூட நில மதிப்பு எங்கேயோ போய் விடும். மற்றபடி, வீட்டிற்கு நாம் முன்பே சொல்லியிருந்தது இதற்கும் பொருந்தும். ஆனால் ப்ளாட் வாங்கும் முன்பு சிலவற்றை மனதில் கொள்ள வேண்டும்.

1. ப்ளாட் கட்டப்போகும் நபர்/கம்பெனி பற்றிய விவரங்களை சேகரித்துக் கொள்ள வேண்டும். இதுவரை அந்த Promoter செய்த ப்ராஜெக்ட்களை பற்றித் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். இவரிடம் இதற்கு முன்பாக ப்ளாட் வாங்கியவரிடம், வீட்டின் அமைப்பு, கட்டிட தரம், சொன்ன தேதியில் வீடு கிடைத்ததா, Promoter தான் சொன்னதையெல்லாம் செய்தாரா என்று கேட்டுத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

2. இவற்றைத் தெரிந்து கொண்ட பின், Promoter இடமிருந்து வாங்கி வந்த Sale Deed/Construction deed, இதைத் தவிர ப்ளாட் கட்டப்போகும் நிலத்தினுடைய title deed இவற்றை எல்லாம் ஒரு நல்ல வக்கீலிடம் சென்று காட்ட வேண்டும்.

3. கொடுக்கும் முன் பணமெல்லாம் Cheque payment ஆக இருக்க வேண்டும்.

4. Allotment letter ஐ ப்ளாட் புக் செய்யும் போது கேட்டு வாங்க வேண்டும்.

இந்தக் கடிதத்தில் ப்ளாட்டின் மொத்த விலை, அதாவது நிலம், கட்டிடம் இரண்டுக்குமான விலையைப் போட்டுத்தர சொல்ல வேண்டும். தவிர பணம் தர வேண்டிய தேதிகளை பற்றியும் விரிவாக ஒரு schedule போட்டு வாங்கி விடுங்கள்.

5. Corporation சான்றிதழ் பெற்ற ப்ளான் இருக்கிறதா என்று பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். வீடும் ப்ளான் படி கட்டப்படுகிறதா என்று ஒரு பார்வை வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

நாம் மேலே சொல்லியிருப்பது ஒரு சில குறிப்புக்கள்தான். ப்ளாட்டோ, இல்லை வீடோ, வாங்கும்போது மிகுந்த கவனம் தேவை. ஏனென்றால், இதில் நாம் கொடுக்க வேண்டிய தொகை மிகவும் பெரியது. தவறு நேர்ந்து விட்டால் நம் வாழ்நாளின் அத்தனை சேமிப்பும் தொலைந்துவிடும்.

அடுத்த மாதம் நிலம், டைம் ஷேர் பற்றிப் பார்ப்போம். தவிர வீடு வாங்குவதற்குப் பணம் யாரிடம் வாங்குவது எப்படி வாங்குவது, வீட்டின் மேல் கடன் எப்படி வாங்குவது என்றும் பார்க்கலாம்.

— லதா ரகுநாதன்

(சார்ட்டர்ட் அக்கவுண்டண்ட்)

மங்கையர் மலர் &
மீரா ஹெர்பல் பவுடர்

இணைந்து வழங்கும்
கூந்தல் பராமரிப்புப் பக்கங்கள்

சாம்பிராணி புகை போடுவது நல்லது!

சில பெண்களுக்கு முகத்தில் உள்ள தேவையில்லாத முடி பெரிய பிரச்னை ஆகிவிடுகிறது தான். பழைய கால பெண்களுக்கு இந்தப் பிரச்னை அவ்வளவாக இருந்ததில்லை. காரணம் முன்பெல்லாம் மஞ்சள் தேய்த்துக் குளிப்பது வழக்கம். இதனால் சருமம் மிகவும் பொலிவாக இருந்ததுடன் இயற்கையாகவே மஞ்சளுக்கு உண்டான மருத்துவ குணங்களினால் முகத்தில் தேவையற்ற முடி வளர வாய்ப்பில்லாமல் இருந்தது. இந்த அவசர நாகரீக யுகத்தில் பெண்கள் மஞ்சள் தேய்த்துக் கொள்வதை விரும்புவதில்லை.

முகத்தில் உள்ள முடியை நீக்குவதற்குரிய நிரந்தரத் தீர்வு எலக்ட்ராலிஸஸ் முறை. பொதுவாகவே கை, கால்களில் உள்ள தேவையில்லாத முடியை அழகு நிலையங்களில் waxing முறையிலும், புருவத்தை threading முறையிலும் நீக்குகிறோம். புருவத்திற்கு shape கொடுக்க எலக்ட்ராலிஸஸ் முறையை உபயோகப்படுத்துவது அவ்வளவு சரியல்ல. ஏனெனில் புருவத்திற்குக் கீழ் சம்பந்தப்பட்ட நரம்புகள் உள்ளன.

எலக்ட்ராலிஸஸ் முறையில் நிரந்தரத் தீர்வு என்பதற்கு உண்டான காலம் சுமார் 8 மாதம் முதல் ஒரு வருடம் வரை ஆகும். இதை மாதம் ஒரு முறை அல்லது இரண்டு முறை செய்து கொள்ள வேண்டும். சிலருக்கு ஹார்மோன்கள் 'பாலன்ஸ்டா'க இல்லாததால் கூட முகத்தில் முடி வளரும். இதற்கு நல்ல தோல் நிபுணரிடம் ஆலோசனை செய்து மருந்து உட்கொண்டு கூடவே இந்த எலக்ட்ராலிஸஸ் சிகிச்சையும் செய்தால் நிச்சயம் நல்ல பலன் கிடைக்கும். இந்த சிகிச்சையை நிறைய செய்முறை பயிற்சிகள் மற்றும் நல்ல கற்றுத் தேர்ந்த அழகுக் கலை நிபுணரால் மட்டுமே செய்ய முடியும். இது அழகுக்கலை சிகிச்சையிலேயே மிகத் துல்லியமானது. இதற்கு நாம் உபயோகப்படுத்தும் உபகரணம் மிகச் சிறந்ததாகவும், உபயோகப்படுத்தும் ஊசி



பதில்கள் : மைதிலி பாபு

நல்ல முறையில் பாதுகாக்கப்பட்ட தாகவும் இருக்க வேண்டும். ஒருவருக்கு உபயோகப் படுத்தும் ஊசியை மற்றவருக்கு உபயோ கப்படுத்துவது கூடாது. மேலும் இதய நோய், சர்க்கரை வியாதி மற்றும் மனவியாதி உள்ளவர்கள் இந்த சிகிச்சையை செய்து கொள்வது சரியானதல்ல.

என் பிரச்னை, எனக்கு முகத்தில் உள்ள பூனை ரோமங்கள்தான். நிறைய பேர் இந்த விஷயமாகக் கேலி செய்யும் பொழுது மனதே உடைந்துவிடுகிறது. என் வங்கியில் உடன் வேலை பார்ப்பவர் ஒருவர் சித்தப்பா மாதிரி இருக்கிறாய் என்று சொல்லி விட்டார். என் குறையைப் போக்க உதவுங்கள்.

ஹேமலதா, நெல்லிக்குப்பம்.

முகத்தில் உள்ள முடியை நிரந்தரமாக நீக்க ஹேர்-ரிமூவர் மட்டுமே உபயோகப்படுத்தி னால் நடக்காது. சிலருக்குச் சருமத்தின் அலர்ஜி காரணமாக ஹேர்-ரிமூவரை உபயோ கப்படுத்திய பின் முடி அடர்த்தியாக வளரத் தொடங்கி விடுகின்றது. ப்ளீச்சிங் செய்வதும் முகத்திலுள்ள முடியை நிரந்தரமாக நீக்கும் முறையல்ல. இதனால் முடி ப்ரௌன் கலரா கத்தான் மாறும். அதனால் இதற்கு நிரந்தரத் தீர்வு எலக்ட்ராலிஸஸ் முறைதான். இதை அழகு நிலையங்களில் தொடர்ந்து செய்து வருவதினால் நிரந்தரத் தீர்வு காணலாம்.

சில பெண்கள் எண்ணெய் ஸ்நானம் செய்த தும் 'தலையில் நீர் கோர்த்துக் கொள்வதைத் தவிர்க்க' எனக்கூறி, ஒரு தட்டில் தணலில் சாம்பிராணிப் பொடியைத் தூவி, அதன் மீது ஒரு சிறிய மூங்கில் கூடையைக் கவிழ்த்து, கூந்தலைக் கூடையின் மீது பரப்பி சிறிது நேரம் அமர்ந்திருப்பார்கள். முடி உலர்வ துடன், துளைகளின் வழியே வரும் புகை யைச் சுவாசித்தபடியும் இருப்பார்கள். குழந் தைக்கு எண்ணை தேய்த்துக் குளிப்பாட்டி யதும் சாம்பிராணி புகையை முகரச் செய் வார்கள். இது ஒரு பாரம்பரியமுறை. இத னால் நன்மை ஏதேனும் உண்டா? மாறாகப் புகையைச் சுவாசிப்பதால் கெடுதல் ஏற் படுமா?

எஸ். சரோஜினி, சிட்லபாக்கம்.

சாம்பிராணி போடுவது என்பது மிகவும் நல்ல முறைதான். ஆனால் நல்ல தரமான சாம்பிராணி உபயோகப்படுத்தப்பட வேண்டும். சாம்பிராணி புகையினால் உண்டாகும் நன்மைகள் மருத்துவத் தன்மை வாய்ந்தது. இந்தப் புகையை சுவாசிப்பதால் ஒவ்வாமை வியாதி நீங்கவும் வழி உண்டு. மேலும் தலையில் நீர் கோர்த்துக் கொள்ள விடாமல் இந்த முறை உதவுகிறது. இப்போது அதிக அளவில் அனைவருக்கும் சைனஸ் வரக் காரணமே தலையைப் பராமரிக்காமல் நீர் கோர்த்துக் கொள்ளுவதுதான்.

என் நண்பனுக்குத் தலை வழுக்கை. இது அவனுக்குப் பெரும் குறையாக உள்ளது. சில விளம்பரங்களில் இந்த எண்ணெயை உபயோகித்தால் தலைமுடி வளரும் என்று விளம்பரப்படுத்தி, இது முன்பு, இது பின்பு என்று போட்டோவோடு விளம்பரம் செய்வதைப் பார்த்து, அவற்றைப் பயன்படுத்தட்டுமா என்று கேட்கிறான். அவற்றைப் பயன்படுத்துவது சரியா?

ஸ்ரீநிவாஸ் பிரபு, பெசன்ட்நகர்.

நீங்கள் உங்கள் நண்பருக்கு எந்த வயதில் வழுக்கை விழுந்தது என்பதைத் தெளிவாகக் கூறி நல்ல தோல் நிபுணரிடம் மருத்துவ ஆலோசனை பெற்று அதன்பின் எந்த வகை எண்ணெயை உபயோகப்படுத்துவது என்று முடிவு செய்யவும்.

பெண்களில் பலர் இப்போது புருவத்தை அழகு படுத்திக் கொள்வது சகஜமாக உள்ளது. இதனால் கண் சம்பந்தப்பட்ட நரம்புகள் பாதிக்கப்படலாம் என்று கூறுகிறார்கள். இது சரியா? எந்த வயதிற்கு மேற்பட்டவர்கள் புருவங்களை அழகுபடுத்திக் கொள்ளலாம்?

பி. மஞ்சுளா, விழுப்புரம்.

பெண்கள் தங்கள் 14 வயதிற்கு மேற்பட்ட பின்னரே அழகு நிலையத்திற்குச் செல்வது சிறந்தது. புருவங்களை அழகுபடுத்திக் கொள்வதால் நரம்புகள் பாதிப்பு எதுவும் ஏற்படாது. 'த்ரெட்டிங்' செய்யும் போது சரியான முறையில் முடி வளர்ந்துள்ள திசையை நோக்கிச் செய்தால் நல்லது. 'த்ரெட்டிங்' செய்யும் போது நூலானது சருமத்தில் இழுபடாமல் பார்த்துக் கொள்வது கவனத்திற்குரியது.

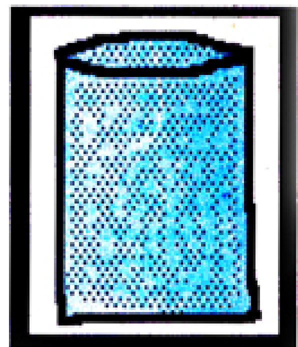
எனக்கு முடி நல்ல நீளம். இடுப்பிற்கும் கீழே. முன் நெற்றியில் இரண்டு பக்கமும் நிறைய நரை முடிகள். என் வயது 33. அதனால் நண்பர் ஒருவரின் ஆலோசனைப்படி பிரபலமான ஹேர்-டை பயன்படுத்தினேன். இரண்டு முறை ஒரு குறையும் இல்லை. மூன்றாம் தடவை தலை அரிப்பு எடுத்து முகமெல்லாம் வீங்கி விட்டது. டாக்டர் அலர்ஜி என்று கூறினார். நான் இனியும் ஹேர்-டை பயன்படுத்தலாமா அல்லது வேறு ஏதாவது 'டை' கடையில் கிடைக்குமா?

கனகவல்லி, கீழ்பாக்கம்.

நீங்கள் எந்த 'ஹேர்-டை' பயன்படுத்தினாலும் அந்த குறிப்பிட்ட வகை 'டை' உங்கள் சருமத்திற்கு ஒத்துப் போகிறதா என்பதைக் கண்டறிய வேண்டும். அதாவது காதுக்குப் பின், அல்லது காதோரம் உள்ள முடிக்குக் கீழ் ஒரு இன்ச் அளவில் ஹேர்-டை போட்டு 24 மணி நேரம் கழித்த பின், அந்த வகை டையினால் சருமத்தில் எந்த மாறுதலும் இல்லை என்பதைக் கண்ட

மாத்திரை வாங்கும்போது மருந்து கடைகளில் கொடுக்கும் சிறிய பேப்பர் கவர்களைத் தூக்கி எறியாமல் பத்திரப்படுத்தி வைத்துக் கொண்டால் கோவிலுக்குச் செல்லும்போது விபூதி, குங்குமம், அட்சதை இவற்றை நாம் சேகரித்துவரச் சௌகரியமாக இருக்கும். மேலும் இவற்றைப் போட்டுக் கொண்டுவர பிராகாரத்தில் பேப்பருக்காக அலையவும் வேண்டாம்.

- லக்ஷ்மி சிவகுமார்



# பரிசு பெற்ற கட்டுரைக்கு மீரா அளிக்கும் பரிசு ரூ.1000 மதிப்புள்ள குக்கர்	அடுத்த போட்டிக் கட்டுரைக்கான தலைப்பு - **கூந்தல் பற்றிய நகைச்சுவை சம்பவம்!** **கடைசி தேதி : 10.2.'95**

றிந்த பின்னரே உபயோகப்படுத்த வேண்டும்.

என் தலைமுடி எனக்குச் செய்த உபகாரம்!

பரிசு பெற்ற கட்டுரை

எனக்குக் காலை 7 மணிக்கு ஆபீஸ். தினமும் வீட்டு வேலையெல்லாம் முடித்து விட்டு ஆபீஸ் கிளம்பும் அவசரத்தில் தலை சிடுக்குப் போக வார முடிவதில்லை... எதிலும் அவசரம், அதிலும் மிக அவசரம் தலைவாருதல். கிளம்பும் கடைசி இரண்டு நிமிடங்களுக்குமுன் தலைமுடி படாத பாடுபடும்.

அன்றும் அதுபோல் அவசர அவசரமாகத் தலைவாரினேன். சீப்பில் நிறையத் தலைமுடி., அவசரத்தில் முடி நிறைய உதிர்ந்த கோபம். உதிர்ந்த தலைமுடியை 'டக்'கென்று எடுத்துக் கையில் சுருட்டி வைத்துக் கொண்டேன். வெளியில் போகும்போது 'மோரி'யில் போடலாம் என்று.

தினமும் ஆபீஸ் முடிந்து வீடு வந்ததும், கைவளையலைக் கழற்றி பீரோவில் தொங்கும் கல்யாண கோட்டின் ஜேபியில் போட்டு விடுவேன், பத்திரமாக இருக்கும். மறுநாள் காலையில் ஆபீஸ் புறப்படும்போது எடுத்துப் போட்டுக் கொள்வேன். அதைப்போல் அன்றும் சட்டென்று பீரோவைத் திறந்து வளையலையும் எடுத்துக் கொண்டு, போதாததற்கு டிசம்பர் மாத நடுங்கும் குளிருக்கு ஸ்வெட்டரையும் எடுத்துக் கொண்டு, ஒரு கையில் 'வேனிடி பேக்' வேறு. ஓட்டமும், நடையுமாக வெளியில் வந்து மறக்காமல் கையில் உள்ள தலைமுடியை மோரியில் தூக்கியெறிந்துவிட்டு, ஆபீஸ் பஸ் பிடிக்க ஓடினேன். வழியிலேயே சர்க்கஸ் போல் ஸ்வெட்டரை மாட்டிக் கொண்டேன்.

ஆபீஸ் மதியம் லஞ்ச் நேரத்தில் 'சுள்' ளென்று வெயில் அடித்ததால் ஸ்வெட்டரை அவிழ்த்து வைக்கலாம் என நினைத்துக் கழற்றினால் 'பக்'கென்றது. கையில் வளையல் இல்லாமல் 'வெறிச்'சென்றிருந்தது கை. இரண்டு பவுன் பாம்பே வளையல் எங்கு போயிற்று? பயத்தில் உடம்பெல்லாம் வியர்த்து விட்டது. எங்கு வைத்தோம்? போட்டு வரவில்லையா? காலையில் கோட்டிலிருந்து எடுத்தது ஞாபகம் வந்தது. பிறகு போட்டுக் கொள்ளாமல் எங்கு வைத்தோம், டிரெஸ்ஸிங் டேபிளிலோ, டீவி. மேலோ வைத்து விட்டேனா? வீட்டிலோ கிறிஸ்துமஸ் லீவிற்குக் குழந்தைகளின் அட்டகாசம், யாருக்கும் பொறுப்பில்லை, வேலைக்காரி கையில் கிடைத்திருந்தால்... வீட்டிற்கு 'போன்' போட்டுக் கேட்டேன். அவர்களும் வீட்டைத் தலை கீழாகத் தேடி "எங்குமில்லை" என்று சொன்னார்கள்.

போன் செய்ததுடன் நிறைய அர்ச்சனை வேறு........... போச்சு, போயே போச்சு... என் அவசரத்திலும் ஆர்ப்பாட்டத்திலும் 2 பவுன் வளையல் அவுட். 'சே, எவ்வளவு முட்டாள், என்ன ஒரு ஞாபகமறதி...' 'ஓ' என அழுகை தான் வந்தது. ஞாபகம் வரவில்லை, ஒரே மாயமாக இருந்தது. என் தோழிகளோ "பதற்றப்படாதே, காலையில் எழுந்ததிலிருந்து நீ செய்தவற்றை நிதானமாக ஒவ்வொன்றாக யோசி" எனக் கூறினார்கள். அப்படியே யோசித்தேன்.

'அவசர அவசரமாகச் சமைத்துவிட்டு, டிரெஸ்ஸிங் ரூமிற்கு வந்தேன். தலைவாரினேன், கையில் வளையல், ஸ்வெட்டரையும் எடுத்துக் கொண்டு வீதியில் வந்து எதையோ தூக்கியெறிந்தோமே' தலைமுடியை சாக்கடையில் போட்டுவிட்டு ஓடி வந்தோமே... அதனுடன் கையில் எடுத்த 'வளையலை'யும் போட்டு... சட்டென்று 'அப்படித்தானிருக்



சிறிது சிறிதாகப் பூரிகள் இடுவதற்குப் பதிலாக, அவசரமாக தேவையாக இருக்கும்போது, பெரிய சப்பாத்தியாக இட்டு அதை நான்கு பகுதிகளாகக் கத்தியால் வெட்டிப் பொரிக்கலாம். சீக்கிரமாகவும் ஆகும். ஒரே மாதிரி வட்டமான பூரியாக இல்லாமல் வித்தியாசமாகவும் இருக்கும்.

- கலா

கணும்' என்றது மனம்.

மனதின் பக், பக் காதிற்குக் கேட்டது. உடனே அரைநாள் லீவ் சொல்லி ஆண்டவனை வேண்டிக் கொண்டு ஆட்டோவில் பறந்தோம் - நானும் என் தோழியும். வீடு வந்து சேர்கிற வரையில் மனம் வேண்டாததையெல்லாம் நினைத்தது. குப்பை பொறுக்குகிறவன் கையில் வளையல், பி. சி. சி. லாரியில் குப்பையுடன் என் வளையல், என்று எங்கு போயிருக்குமோ என மனம் தவித்தது. வீடு வந்ததும் குப்பை பொறுக்குகிறவனைப் போல் 'சட்'டென்று குப்பைத் தொட்டியில் குதித்தேன். தேடுகையில் அழுகை அழுகையாக வந்தது. ஒரு மூலையில் என் தலைமுடி கற்றையாக விழுந்து கிடந்தது. அதனடியில் என் அழகு, அருமை வளையல்! அந்த வளையலைத் தெரிந்தும், தெரியாமலும் மூடி மறைத்திருந்தது என் அருமைத் தலைமுடி. சட்டென்று ஒரு குழந்தையைப் போல் வாரி எடுத்தேன். என் வளையலை அல்ல... அதை மற்றவர்களின் கண்களுக்குப் படாமல் பாதுகாத்த என் தலைமுடியை... நன்றியுடன் அதைப் பார்த்தேன்.

என் கணவரோ, "நீ கோபத்துடன் தூக்கியெறிந்த உதிர்ந்த உன் தலைமுடியே இரண்டு பவுனை மறைத்து, காப்பாற்றி உதவியிருக்கிறது. உன் தலையில் உள்ள முடியெல்லாம் வேலை செய்தால் எவ்வளவு 'பவுன் சீக்ரெட்' கிடைக்கும்" என கேலி செய்தார். என் அந்தத் தலைமுடியை என் குறும்பு மகள் அட்டையில் ஒட்டி கலரிங் செய்து சமிக்கி வேலைப்பாடுகளுடன் என் ரூமில் மாட்டி வைத்துள்ளாள். அதன் அடியில் "With lot of thanks - Radha" என்று எழுதி வைத்திருக்கிறாள்.

- ராதா நரசிம்மன், பெங்களூர் - 27.

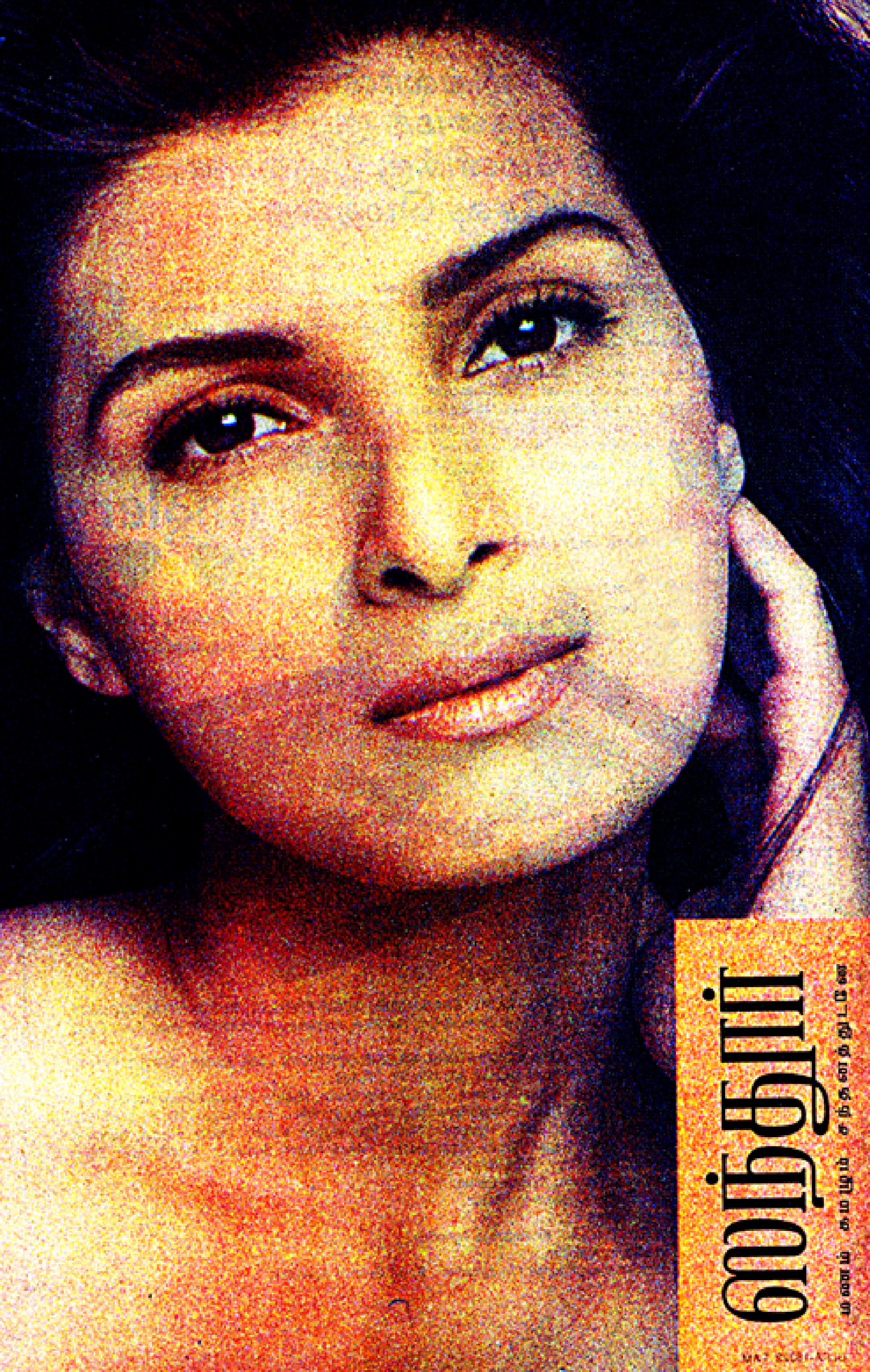
பிரசுரத்திற்குச் சில கட்டுரைகள்....

நான் ஏழாம் வகுப்பு படிக்கும் சிறுமி. எங்கள் பள்ளியின் விதிமுறைப்படி நாங்கள் இரட்டைச் சடை பின்ன வேண்டும். என் முடியின் நுனியில் அழகான கேள்விக் குறி போன்று வளைந்து இருக்கும். யதார்த்தமாக என்னைப் பார்த்த ஆசிரியை ஒருவர் அருகில் இருந்த ஆசிரியையிடம், "இப்பெண்ணை நம் பள்ளியில் நடக்க இருக்கும் நாடகத்தில் அராபியர்களாக நடிக்கும் வேஷத்தில் சேர்த்துக் கொள்ளலாமே. அவளுடைய வளைவான முடியை தாவாக் கட்டைக்குக் கீழ் கொண்டு வந்து ரப்பர் பேண்ட் போட்டால் உண்மையான தாடி போல் இருக்குமே" என்றார். நானும் சரி என்றேன். விழாவன்று எங்கள் நாடகமும் முடிந்தது. விழாவில் சிறப்பு விருந்தினர், "அராபியர்களாக நடித்த பெண்ணில் இரண்டாவதாக நடித்த பெண் நன்றாகப் பேசினாள். அதுமட்டுமின்றி அவளுடைய முடியும் உண்மையான தாடியைப் போன்றே இருந்தது. பாராட்டுக்கள்" எனக் கூறி ஒரு சின்னப் பரிசையும் கொடுத்தார். அதற்கப்புறம் இதுபோல் வேஷங்கள் வந்தால் நான் இல்லாமலா? பள்ளியிலே இப்படி எனக்குத் தனி மதிப்புக் கொடுக்கச் செய்தது என் முடிதான்.

- சுபா, திருச்சி - 3.

கொண்டையினால் வந்த யோகம்!

நான் +2 படித்து முடித்திருந்த நேரம். ஒரு பிரபல பேஸ்ட் கம்பெனியில் விண்ணப்பித்திருந்தேன். நான் சுமாரான நிறம் உடையவள்தான். ஆனால் எப்போதும் அழகாக டிரெஸ் செய்து கொள்வேன். குறிப்பாக என்னுடைய தலைமுடி முன்பக்கம் மட்டும் சுருண்டு இருக்கும். மற்றபடி கூந்தல் நெளி நெளியாகவும் நீளமும் அடர்த்தியும் கொண்டு இருக்கும். கம்பெனியிலிருந்து இண்டர்வியூவிற்கு அழைப்பு வந்தவுடன் பியூட்டி பார்லருக்குச் சென்று 'முத்துக் கொண்டை' போட்டுக் கொண்டு போனேன். இண்டர்வியூவில் செலக்ஷன் ஆகியும் விட்டேன். நான் வேலைக்குச் சேர்ந்த பிறகு இண்டர்வியூ பண்ணிய ஒருவரின் மூலம் தெரிந்து கொண்டேன், 'என் தலைமுடியும் கொண்டையும்' மிக



ஸந்தூர்
மணம் கமழும் சந்தனத்துடனே

ஜிங்லர்ஸ்.
உங்கள் அருமைக் குழந்தையின் பட்டு மேனிக்கு இதமான, விசேஷ மெத்தை.



உங்கள் குழந்தைக்கு சிறப்பான கவனம் தேவை. இதை மனதில் கொண்டு, முழு ஈடுபாட்டுடன் தயாரிக்கப்பட்ட ஜிங்லர்ஸ் மெத்தையை உங்கள் குழந்தைக்கு அளிக்கிறோம். மென்மையான ஜிங்லர்ஸ் குழந்தை-மெத்தை பல ஒப்பற்ற சிறப்பம்சங்கள் கொண்டது.



• எளிதில் துவைக்கலாம், விரைவில் உலரும் • சர்வதேச தொழில் நுட்பம் • மென்மையான பாலிஃபைபர் கொண்ட உட்புறம் • 100% பருத்தியினாலான மேல்பாகம் • காற்றுப்புகும் அமைப்பு உள்ளதால் வெப்ப எரிச்சல், தடிப்பு ஏற்பட வாய்ப்பே இல்லை • உட்புறம் ஈரத்தினால் கெட்டியாகாமல் மென்மையாக இருக்கும் • பல அளவுகளில், மனதிற்கினிய வண்ணங்களில் கிடைக்கிறது.





India's first real washable baby bed

ஜிங்லர்ஸ் — உங்கள் அரவணைப்புக்கு ஈடான அழகிய மெத்தை.



Mfrs: Utility Textiles,
AH-248, 1st Street, Shanthi Colony,
Anna Nagar, Madras - 600 040.
Ph : 6211974.

Insight-UT-1876-R

DISTRIBUTOR FOR MADURAI, ANNA, TRICHY, THANJAVUR, QUIDE-E-MILLET, PUDUKOTTAI, RAMNAD, V.O.C. & KANYAKUMARI DISTRICTS : M/S. Better & Co., No. 25-A, Arasamaram Pookara St, West Avani Moola Street, Madurai - 625 001. Ph : 520516
DISTRIBUTOR FOR PERIYAR, SALEM, COIMBATORE, NILGRIS DISTRICTS : M/S Sairam Trading & Exports, 1092, Raji Medicals Building, E.V.N. Road, Erode - 638 009. Ph : 70149
ALSO AVAILABLE AT MADRAS : Children Choice, Luz : London Stores, Mylapore/Purasawalkam/Mount Road : Murugan Dresses, T. Nagar : Naidu Hall, T. Nagar/Anna Nagar/Mylapore ; Witco, Anna Nagar/T.Nagar; Vitan, Luz; Lucky Dresses, Tambaram: Garments Centre, Mylapore ; Milan, Poonamallee; Mummy Daddy, Kilpauk; Seematti, Padi. Saravana Dresses, Ashok Nagar, Yeses Super Market, Anna Nagar; Shabnam, Amindakarai; Sekar Emporium, Kodambakkam; Kids Crazy, Anna Nagar.
PONDICHERRY : Shabnam, Crowns; Kiddies Centre;
VELLORE : Shabnam ; Sarkar Readymades; Milan.
VILLUPURAM : Bagya's Sarees.
KRISHNAGIRI : New Rani Dresses ; Krishnapriya Agencies.
DHARMAPURI : Kamadhenu Agencies.
HOUSUR : Gokuls Readymades; Radhas Readymades : Royal General Agencies.

அழகாக இருந்ததாகவும் அதனாலேயே நான் செலக்ட் ஆனதாகவும் சொன்னதை நான் என் வாழ்நாளில் என்றென்றும் மறக்க முடியாது.

- லக்ஷ்மி ரங்கநாதன், வேலூர் - 2.

'முளைக்கீரைக் கட்டு' கூந்தல்!

கணவரை அடையச் செய்தது என் முடிதான். பெண் பார்க்க வருகையில் எல்லோரும் சவுரி வைத்துப் பின்னிக் கொண்டு வரச் சொல்லி வற்புறுத்தினர். எனக்கோ அடர்ந்த, ஆனால் குட்டையான சுருள் முடி. நான் மறுத்து என்னை இப்படியே பார்த்துத் திருமணம் செய்து கொண்டால் கொள்ளட்டும் என்று அதே முடியுடன் வந்து வணக்கம் தெரிவித்தேன்.

அவரும் கூந்தலிலேயே மூடி மறைத்துப் பொய் சொல்லி ஏமாற்றாத இந்த வரன் எனக்குப் பிடித்துள்ளது எனச் சம்மதம் தெரிவித்தார். எதையும் அவரிடம் ஒளிக்காத என் குணமும், அவர் குணமும் பல விஷயங்களில் வாழ்க்கையில் வெற்றியைத் தேடித் தந்துள்ளன.

அதுமட்டுமல்ல, "முளைக் கீரைக் கட்டு" கூந்தல் (அவருடைய கமெண்ட் என்னுடைய கூந்தல் பற்றித்தான்) இருரெண்டு கொண்டையாகவும், குதிரைவால் கொண்டையாகவும் மாறி என் அலுவலகப் பணிக்குத் தாமதமாகப் போகாமல் காப்பாற்றியுள்ளது. "ஆட்டுக்கு வாலை அளந்துதான் வைத்துள்ளான் ஆண்டவன்" என்றபடி நன்றி கூறவும் வைத்துள்ளது. சிறியதோ, பெரியதோ கூந்தல் எப்படியாயினும் சுத்தமாக வைத்திருந்தால் அது நிச்சயமாக நமக்குத் தருவது உபகாரம்தான்.

- விஜயா, சென்னை - 39.

மங்கையர் மலர் & ஃபிலிப்ஸ் நிறுவனம்

இணைந்து நடத்தும் இம்மாத இல்லத்தரசி சிறப்புச் சமையல் போட்டி

சமையல் கூப்பன்

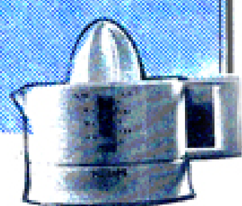
பொருள் : ஓவன் டோஸ்டர் கிரில்லர் பயன்படுத்திச் செய்யும் உணவு
கடைசி தேதி : 15.2.'95

என்ற தலைப்பில் இத்துடன் சமையல் குறிப்பை அனுப்பியுள்ளேன். இதுவரை இந்தச் சமையல் குறிப்பு எந்தப் பத்திரிகையிலும் வெளியானதில்லை என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

(வழக்கமாக மங்கையர் மலர் தரும் பரிசுகள் தவிர) ஃபிலிப்ஸ் அளிக்கும் பரிசுகள் :
முதல் பரிசு - மிக்ஸர் கிரைண்டர் (ரூ. 2,175/- பெறுமானமுள்ளது)
இரண்டாம் பரிசு - ஹேண்ட் மிக்ஸர் (ரூ. 1,700/- பெறுமானமுள்ளது)
மூன்றாம் பரிசு - பழம் பிழியும் கருவி (ரூ. 800/- பெறுமானமுள்ளது)
ஆறுதல் பரிசுகள் (3) பழம் பிழியும் கருவி (1½ லிட்) (ரூ. 650/- பெறுமானமுள்ளது)




'நகை' என்று பெண்கள்
காதில் சத்தமில்லாமல்
கிசுகிசுப்பாகச்
சொன்னாலும் போதும்...
எங்கிருந்தோ

பாப்பா முதல் பாட்டி வரை...



அவர்களுக்குச் சின்னதாக ஒரு புன்னகை வெளிப்படுகிறது.

இப்படிப் பெண்கள் நகை மீது கொள்ளுவது தீராத மோகமா? இல்லை, தற்காப்பு தரவல்லது என்பதால் ஏற்பட்ட ஈடுபாடா? எப்படி எடுத்துக் கொள்வது?

குழந்தை பிறந்தவுடனேயே நகை போடும் பழக்கம் ஆரம்பிக்கிறது. பின்னர் பெண்ணுக்குத் திருமணம் என்று வரும்போது அவரவர் சக்திக்கு உட்பட்டு (மீறியும்) பொருளாதார பலமாகத் தங்கத்தை அணிவித்து, புகுந்த வீட்டுக்கு அனுப்புவது வழிவழி வந்து கொண்டிருக்கும் பாரம்பரிய பழக்கம். அது இன்று வரை எல்லாக் குடும்பங்களிலேயும் கலாசாரச் சங்கிலியாகத் தொடருகிறது. ஆக பாப்பா முதல் பாட்டி வரை நகை என்பது இன்றியமையாத ஒன்றாக ஆகிவிட்டது எனலாம்.

ஒரு வினோத முதலீடு...'' இப்படிச் சொல்லி மென்மையாகச் சிரிக்கிறார் ஒருவர். நிதானம் வயதுக்கும் மீறுகிறது. அளந்து அளந்து தட்டுத் தடுமாறாமல் பேச வேண்டியதை மட்டும் மிகத் தெளிவாக பேசும் பாணியைப் பார்த்தால் ஏதோ முன்பே ஒரு முறை பிறந்து தவறுகளையெல்லாம் உதறி களைந்து விட்டது போல இருக்கிறது. தன் கட்டு திட்டமான ஒழுங்கை அப்படியே பின்பற்ற வேண்டும், என கடை ஊழியர்களிடத்திலும் கடைபிடிக்கும் இவர் தி. நகர் உஸ்மான் சாலையில் நகை உலகில் புதிய புதிய மாடல்களை அள்ளிக் குவித்து பிரமிக்க வைக்கும் லலிதா ஜுவல்லரி மானேஜிங் டைரக்டர் சுகுமார்.

"இன்று எந்த விஷயத்தில் பிரச்சினையும் ஆபத்தும் இல்லை? நல்ல பாதுகாப்பு என்பது அசைக்க முடியாத உண்மை. இதை



• கந்தசாமி



• சுகுமார்

ஆனால் இதே தங்கம் இன்று பல நேரங்களில் ஆபத்தாகிவிடுகிறது. வரதட்சணைக் கொடுமை, திருட்டுப்பயம் எல்லாவற்றுக்குமே தங்கத்தின் பெயர் அடிபடுகிறது.

இப்படி மோசமான பின்விளைவுகளைச் சந்திக்க வைக்கிற தங்கத்தை வாங்காமல் விட்டுவிடக் கூடாதா? இந்த மக்கள் ஏன் இப்படி அலைமோதுகிறார்கள்? பணத்தை முடக்க எத்தனையோ வழிகள். ரியல் எஸ்டேட், சீட்டு நிறுவனங்கள், வட்டி தரும் வங்கிகள், ஷேர்மார்க்கெட்டுகள் என்று இருந்தும் எதற்காகப் பணத்தைத் தங்கத்தில் போடுவதற்கு இத்தனை முக்கியத்துவம்? முதலீடு செய்ய வேண்டிய அவசியம் ஏன்?

"ஆனாலும் தங்கம் நமக்கு அந்தஸ்தை அளிக்கிறது. நம்மை யாரென்று (பணவளர்ச்சியை) காட்டுகிறது. தங்கம் விரும்பப்படுவதே பாதுகாப்பு அடிப்படையில்தான். மேலும் தங்கம்

ஒட்டு மொத்தமான மக்கள் ஒப்புக் கொண்டதால்தான் நகைகடைக்குள் அவர்களைத் திரள் திரளாகக் காணமுடிகிறது. நீங்கள் சொன்னபடி பணத்தை முதலீடு செய்ய பல வழிகள் இருக்கிறது. அதிலெல்லாம் விழிப்போடு பணத்தைப் போடத்தான் செய்கிறார்கள். பாங்க் டிபாஸிட்டை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். தனியார் நிறுவனங்களை காட்டிலும் குறைந்த வட்டி விகிதம். அடுத்ததாக சீட்டு நிறுவனங்களில் பாதுகாப்பு குறைவுபடுகிறது. மற்றது ரியல் எஸ்டேட். நிலம் என்று வரும் போது பெருமளவில் பணத்தை இன்வெஸ்ட் பண்ண வேண்டியிருக்கிறது. ஆனால் நாளுக்கு நாள் நிச்சயமாக விலை ஏறும். திடீரென்று விற்கப் போனால் உடனே பணத்தை நம் கைக்குக் கொண்டு வரமுடியாது. கடைசியாக ஷேர் மார்க்கெட். எல்லாக் காலங்களிலும் லாபம் என்று சொல்ல முடியாது. பல நேரங்களில் நஷ்டத்தை உண்டு பண்ணி மனதைக்

குழப்பி விடுகிறது. ஷேர்மார்க்கெட் விபரங்களைத் தொடர்ந்து கண்காணிக்க வேண்டும். ஆனால் தங்கம் அப்படி அல்ல. எல்லா வகையிலும் லாபகரமானது. தங்கம் விற்க நாள் பொழுது வேண்டியதில்லை. எந்த நிமிடமும் பணம் ஆகிவிடும். நள்ளிரவில் பண அவசியம் வந்தாலும் அடுத்த வீட்டுக்காரர் கூட நம் தங்கத்தை நம்பி பணம் கொடுப்பார். தங்கம் மெது மெதுவாக ஆனால் நிச்சயமாக விலை ஏறிக் கொண்டே இருக்கும்."

மது உடலைக் கெடுப்பது போல நகையும் நங்கையரின் மனதைக் கெடுக்கக் கூடிய சமாச்சாரம்தானே? (வரதட்சணைக் கொடுமை, தாழ்வு மனப்பான்மை etc...,)

"நீங்கள் சொல்வது நியாயமாகத் தோன்றினாலும் அது முழுக்க முழுக்க உண்மையல்ல. பிள்ளை வீட்டார் கேட்ட அளவுக்கு நகை போடாவிட்டால் அங்கு வரதட்சணைக் கொடுமை நடக்கிறது. நம் சக்தியை (பெண் வீட்டார்) நாம் மீறும் போது தான் வரதட்சணை பிரச்சினை உண்டாகிறது. சிலர் வசதியானவர்களாக இருப்பார்கள். அதிக நகைகள் வாங்கமுடியும். சிலர் வசதி குறைந்தவர்களாக இருப்பதால் குறைந்த அளவிலேயே நகைகள் வாங்கமுடியும். இது அவரவர் பொருளாதாரத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டது. எனவே நமது தகுதி என்ன என யோசித்து அதற்கேற்ப நாம் மாப்பிள்ளையைப் பார்க்க வேண்டும். சக்திக்கு மீறும் போதுதான் பிரச்னையே வருகிறது. இதே விஷயத்தைத் தாழ்வு மனப்பான்மைக்கும் சொல்லலாம். நம்முடைய தகுதியைப் புரிந்து மனதை சரியாக வைத்துக் கொண்டால், எந்த நினைவுகளும் நமக்கு தாழ்வு மனப் பான்மையை உண்டாக்காது என்பது உறுதி."

ஆனால் அளவுக்கதிகமான நகை பண முடக்கம்தானே?

"நிச்சயமாக. அளவை மீறும் நகை சேமிப்பு யாருக்குமே பலன் அளிக்கக் கூடிய விஷயம் அல்ல. நகைகள் சேர்ப்பது என்பது பொருளாதார தேவைகளுக்காக. அளவுக்கதிகமாக நகைகள் வீட்டுக்கும் நல்லதல்ல. நாட்டுக்கும் நல்லதல்ல. ஆனால் நம்முடைய நாட்டில்தான் தனிப் பட்டவர்களிடம் பெரிய அளவில் தங்கம் முடங்கிக் கிடக்கிறது. அதனால் நகையார்வம் அர்த்தப் பூர்வமானதாக மட்டுமே இருக்கவேண்டும்."

காளான்கள் வேகம் போல் புதிது புதிதாக உருவாகும் கடைகளைக் குறித்து உங்கள் கருத்து என்ன?

'கோல்ட் கண்ட்ரோல் ஆக்ட்' என்ற சட்டத்தை விலக்கி விட்டபின்னர் கடை வைக்க லைசன்ஸ் தேவையில்லை. அதற்குப் பிறகுதான் இத்தனை கடைகளின் வளர்ச்சியும். இன்று சென்னையில் மட்டும் 1500 கடைகள் ஆகிவிட்டன. அதிகக் கடைகளின் வரவு வரவேற்கத்தக்க விஷயம்தான். இது நல்ல அறிகுறிதான். நல்ல வளர்ச்சி இருக்கும். அந்தக் குறிப்பிட்ட இடத்தில் நிறைய floating population வரும். பொருளாதார வளர்ச்சி இருக்கும். அதனால் அந்த இடத்துக்கோ, நாட்டுக்கோ எல்லா வகையிலும் நன்மைதான்."

இப்படி கீரைக்கடைகளைப்போல உருவாகி இருக்கும் கடைகளுக்கு மத்தியில் நல்ல தரமான கடைகளை அடையாளம் கண்டு கொள்வதில் மக்களுக்குத் திணறல் உண்டல்லவா?

"கடைகள் நிறைய இருப்பதால் தரமான கடைகளாக அவைகள் இல்லாமல் போய் விடும் என்று கூறமுடியாது. அதேபோல பெரிய கடைகளில் நல்ல தரமான தங்கம் கிடைக்கும் என்றோ, சிறிய கடைகளாக இருப்பதால் தரமாக இருக்காது என்றோ எடுத்துக் கொள்ளக் கூடாது. ஆக தரம் என்பது சிறிய கடை, பெரிய கடை என்று கணக்கிட்டு அடையாளப்படுத்தமுடியாது.

டி.வி. விளம்பர கன்றாவிகள் பற்றி ஒரு சகோதரி எழுதியது படித்தேன். சமீப நாட்களாக 'காட்பரீஸ் ஜெம்ஸ்'ஸுக்கு காட்டப்படும் ஒரு விளம்பரம் மனத்தை நெருடுகிறது. ஜெம்ஸை விழுங்கிய மாணவன் 'மாஸ்டர் அப்பு'வுக்கு மதிப்பிற்குரிய ஆசிரியை ஒரு வாத்தாகவும், ஆடாகவும், கோழியாகவும் தெரிகிறாராம். இது என்ன அநியாயம்? சும்மாவே இந்தப்பிள்ளைகள் ஆசிரியர்களை, பெற்றோர்களை மதிப்பதில்லை. இப்படி வேறு காட்டினால் வேறு வினையே வேண்டாம்! பிள்ளைகளைப் பணத்தைத் தூக்கிக் கொடுத்து ஆங்கிலப் பள்ளிகளில் சேர்த்து விடுகிறார்கள். அது 'மம்மி, டாடி' என்றதும் உச்சி குளிர்ந்து விடுகிறார்கள். அதோடு சரி! பிள்ளைகள் மரியாதை, பண்பு, என்று எதுவுமே கற்றுக் கொள்ள முயற்சிப்பதில்லை. பாடத்தில் முதல் மார்க் வாங்கினால் போதுமா? இதைவிட 'ஜெம்ஸ்' சாப்பிட்ட மாணவன் அந்தக் கணக்கைச் சரியாகப் போட்டு விடுவது போல் காட்டினால் எத்தனை அழகாக இருக்கும்?

—ராதா வள்ளிநாயகம்.

தயாரிப்பாளருக்கு யோசனை!



அன்றாடம் நாம் உபயோகிக்கும் தயிர் போன்ற பொருட்களை சில்வர் தட்டு கொண்டு மூடினால் மிகவும் புளித்து விடுகிறது. ஆனால் மூடாமல் இருந்தாலோ கொசு போன்ற பூச்சிகள் விழுந்து விடுமோ என்று அஞ்ச வேண்டியுள்ளது. அதனால் ம வலையில் வருவது போன்ற 'கப்' பாகத்தை (கைப்பிடியில்லாமல்) வெவ்வேறு அளவுகளில் தயாரித்து வெளியிட்டால் மிகவும் உபயோகமாக இருக்கும். மேலும் இந்த மாதிரி ''வலை தட்டுகளை'' ஊறுகாயை வெயிலில் வைக்கும் போதும் மூடி வைக்கலாமே. அந்த வலை தட்டின் மேல் புறத்தில் சிறிய பிளாஸ்டிக் குமிழ் போன்ற அமைப்பு இருந்தால் எடுக்க, மூட இன்னும் வசதியாக இருக்கும்.

-ப்ரீதாமாய்

பொதுவாக பல கடைகளில் நகை வாங்கிப் பழக்கப்பட்ட நண்பர்கள் சொல்லும் கருத்தை வைத்தே பெரும்பான்மையான மக்கள் கடையைத் தேர்வு செய்கிறார்கள். ஒரு முறை வாங்கி... அனுபவம் அடைந்தபிறகு அந்தக் கடை ஏற்றதாக தோன்றினால் பிறகு தொடர்ந்து எப்போதும் வாங்குகிறார்கள். இன்னொரு க்ளூ. கடைதிறந்து பல வருடங்களாக தொடர்ந்து வெற்றிகரமாக வியாபாரம் நடத்துகிற கடையைத் தேர்ந்தெடுப்பதும் நல்லது. ஒருவகையில் அந்தக் கடையின் Reputation மக்கள் மத்தியில் நிருபணம் ஆகியிருக்கும். சில கடைகள் ஆரம்பித்து சில வருடத்துக்குள் மூடி விடுவார்கள். இவற்றை வைத்துக் கண்டுபிடிக்கலாம்."

இந்தப் போட்டி வியாபாரத்தில் உங்களைத் தக்க வைத்துக் கொள்ள நீங்கள் கடைபிடிக்கும் உத்திகள் என்னென்ன?

"முதலில் இதைப் போட்டி வியாபாரம் என்றே நான் ஒப்புக் கொள்ள மாட்டேன். இங்கே தி. நகரை எடுத்துக் கொண்டால் ஒரே இடத்தில்... நிறைய கடைகளில் ஒரே (தங்க) வியாபாரம் நடந்து கொண்டிருக்கிறது. எவ்வளவு பெரிய போட்டி என்றாலும் ஒரு சில கடைகள் முன்னணியிலும் நிற்கின்றன. அந்த முன்னணி நிலைமையைத் தக்க வைத்துக் கொள்ள அவர்கள் பயன்படுத்தும் சில விஷயங்களைத்தான் நான் போட்டி என்பேன்.

எந்த வியாபார வெற்றிக்கும் மூன்றே மூன்று சுருக்கு வழிகள் தான் உள்ளன. அது குவாலிட்டி, வெரைட்டி... சர்வீஸ் இவைகள் தாம். இதை எவ்வளவு முன் ஜாக்கிரதையாகவும் கவனமாகவும் கடைபிடிக்கிறோமோ, அவ்வளவு தூரம் கடைகளின் 'ரேங்க்' மேலேறும். ஆனாலும் நகை வியாபாரத்தில் மற்றவர்களுக்கு ஒரு டிரெண்ட் செட்டராக ஒரு டிரேட் லீடராக நாங்கள் விளங்குகிறோம். அவர்கள் எப்படி விளம்பரம் செய்கிறார்கள். எப்படி காலண்டர் போடுகிறார்கள்.. என்று எங்களை மற்றவர்கள் கண்காணித்துக் கொண்டேதான் இருக்கிறார்கள்.

இப்போது 'தங்கச் சுரங்கம்' என்ற நகை சேமிப்புத் திட்டத்தை மக்களுக்காக மிகுந்த சலுகைகளோடு ஆரம்பித்திருக்கிறோம். இந்தத் திட்டத்தை மக்களுக்கு மிகத் திட்டமிட்டு உருவாக்கி விளம்பரப் படுத்தினோம். ஆனால் ஒரு 15 நாட்களுக்குள்ளாக 5, 6, பெரிய கடைகளில் அதையே ஃபாலோ பண்ணுகிறார்கள். அதைப் போலவே திட்டத்தை உருவாக்கி விளம்பரப்படுத்துகிறார்கள். இது எங்களுக்கு மிகவும் பெருமையாக இருக்கிறது. இருந்தாலும் இதை நாங்கள் போட்டியாக எடுத்துக் கொள்ளவில்லை. அதனால் நல்ல வியாபாரத்தில் பெயர் பெற விரும்பினால் கூட்டத்தில் ஒருவராக இருக்கக் கூடாது என்ற எண்ணம் இருக்கும் வரை நம்முடைய வெற்றியை யாருமே தடுக்க முடியாது என்பது நிச்சயம்."

ஆமாம்! தங்கச் சுரங்கம் நகை சேமிப்புத் திட்டத்தை மக்களுக்காக மிகுந்த சலுகைகளோடு ஆரம்பித்திருப்பதாகச் சொல்கிறீர்கள்? மற்ற சேமிப்பு போல இதுவும் சாதாரண சலுகைகள் தானே? இதற்கு எந்த அளவில் மக்களிடத்தில் வரவேற்பு கிடைக்கும் என எதிர்பார்க்கிறீர்கள்?

ஒவ்வொரு நாளும் தங்கத்தின் விலை ஏறுவதும் இறங்குவதுமாக இருக்கிறது. இது மக்களுக்கு ஒரு புதிராக ஒரு சவாலாக இருக்கிறது. ஏன் எங்களுக்குக் கூடத்தான். இதிலிருந்து பதில் கிடைக்குமா என்று தவிக்கும் மக்களுக்கு நாங்கள் ஆரம்பித்திருக்கும் 'தங்கச் சுரங்கம்' திட்டம் ஒரு புதுமையான சேமிப்பு முறையாக சொல்லலாம். மாதமொன்றுக்கு ரூ.1000 வீதமாக 30 மாதங்களுக்கு தவணை முறையாகக் கட்டலாம். சேமிப்பின் முதிர்ச்சி நாளில் ஊக்கத் தொகையாக ரூ.6000 மக்கள் கணக்கில் சேர்த்துத் தருகிறோம். இதிலே இன்னொரு லாப



TAMILNADU PEOPLE'S BENEFIT FUND (PURASAWALKAM) LTD.,

79, Perambur Barracks Road, Purasawalkam, Madras - 600 007.
Central Government Approved (Reg. No. 18-21907/91) ☎ 5323360

DEPOSIT SCHEME

	46 Days	3 Months	6 Months	1 Year	2 Years	3 Years	5 Years
FIXED DEPOSIT	13%	14%	15%	17%	18%	19%	20%

20% FOR SENIOR CITIZEN SPECIAL SCHEME

for Rs. 10,000/- and above 1 Year

Your Deposit Doubles in 45 months Triples in 72 months.

	Rs	1 Year	2 Years	3 Years	45 Months	72 Months	90 Months
CASH CERTIFICATE	1,000 5,000	1,180 5,920	1,430 7,150	1,730 8,650	2,000 10,000	3,000 15,000	4,000 20,000

"TAMILARASAN PORKUVIYAL" SCHEME

	Rs	15 Year	Rs.	5 Years
CASH CERTIFICATE	7,500 9,000	1,25,000 1,50,000	25,000 35,000	72,000 1,50,000

"SENTAMIL SELVAKUVIYAL" SCHEME

Rs,	21 Years
500 250	35,000 17,500

மங்கையர் திருமண திட்டம்

மாதம் ரூ.100/- வீதம்
60 மாதங்கள் மட்டும் செலுத்தி
20ம். ஆண்டு முடிவில்
ரூ.1,50,000/- பெறலாம்

	Rs.	12 Months	24 Months	36 Months	48 Months	60 Months
RECURRING DEPOSIT	50 100	660 1,320	1,430 2,860	2,360 4,720	3,600 7,200	5,030 10,060

கடன்

நகைகள் பேரில் கிராம் 1க்கு ரூ.315/- வழங்கப்படும்
சென்னை மாநகரில் உள்ள சொத்துக்கள் பேரிலும் வழங்கப்படும்

வட்டி வீதம் ரூ.1.75

SAVINGS DEPOSIT INTEREST RATE 10% P.A

கொடுக்கல் வாங்கல் ரூ.1/- செலுத்தி பங்குதாரர்களாகிறவர்களிடம் மட்டும்

Weekly Holiday Friday

Working Hours : Week Days: 8.30 a.m. to 5.00 p.m.
Sunday: 8.30 a.m. to 1.00 p.m.

V. KRISHNAMOORTHY B.A., B.L.,	A. THIAGARAJAN M.A.,	R.SUBRAMANIAN B.SC., B.L.,
Secretary	Executive Director	President

மும் உண்டு. அதாவது ஒவ்வொரு நாளும் அப்படி சேமிப்புத் திட்டத்தின் 30 மாத காலத்தில் அறிவிக்கப்படும் சுமார் 1800 விலைகளில் என்று மிகக் குறைவான விலையோ அந்த விலையிலேயே ரூ.36,000க் கான நகைகளைப் பெறலாம். இதுவரை யாருமே உருவாக்காத திட்டமிது. அந்தத் தொகைக்கு வாங்கும் நகைகளுக்குச் சேதா ரம், செய்கூலி எதுவும் இல்லை. பவளம், முத்து, பச்சை, செயற்கை வைரம், சிவப்புக் கல் இவைகளுக்கு விலை இல்லை. நடுத்தர வர்க்கத்தினர் விருப்பத்திற்கு இணங்கி இதே திட்டம் 500 ரூபாயாக இரண்டாவதாகத் துவக்கி... அதுவும் மகத்தான வெற்றியை கண்டு கொண்டிருக்கிறது."

செய்கூலி சேதாரம் என்று சொல்லும் போது ஒன்று ஞாபகத்துக்கு வருகிறது. வருடத்துக்கு ஒரு முறை வியாபாரிகள் இப்படிச் செய்யும் விற்பனை அவர்களுக்கு நஷ்டத்தை உண்டு பண்ணுமா? இல்லை இதிலே வேறு ஏதேனும் விஷயம் இருக் கிறதா?

"ஒருவகையில் உங்கள் கேள்வி ஒரு Hot topic. எங்களுக்கு லாபமே இல்லை. நாங்கள் செய்கூலி சேதாரம் கொடுத்துச் செய்யும் நகைகளை வாடிக்கையாளர்களுக்கு இவை யெல்லாம் இல்லாமல் கொடுக்கும் போது எங்களுக்கு எப்படி லாபம் உண்டாகும்? வருடம் முழுக்க எங்களுக்கு லாபத்தை உண்டு பண்ணும் வாடிக்கையாளர்களுக்கு... வருடத்துக்கு ஒரு முறை நன்றி தெரிவிப் பதற்காக இப்படிச் செய்கிறோம் என்பது தான் உண்மை. இதிலே வேறு விதமான விஷ யமே இல்லை. இதனால் கடையில் சுறுசுறுப் பான வியாபாரம் நடக்கும். எங்களுக்கும் உற்சாகம் பிறக்கும். இது மக்களுக்கும் எங் களுக்கும் இடையே நடக்கும் get together நிகழ்ச்சி."

மதுரை கல்லூரியில் விரிவுரையாளராக இருந்த சுகுமாரை கல்லூரி முதல்வரிடம் நேரிடையாகப் பேசி வற்புறுத்தி ராஜினாமா செய்ய வைத்து 'லலிதா' வின் நிர்வாக இயக் குனர் பொறுப்பை ஒப்படைத்து இன்று தங்க நகை வியாபாரத்தின் நெளிவு சுளிவுகளை விரல் நுனியில் கொண்டு வருமளவிற்கு கார ணகர்த்தாவாக இருந்து செயல்பட வைத்த வர் 'லலிதா ஜுவல்லரி' நிறுவனர் சுந்தசாமி தான்.

"விளம்பரம்... ஒரு பெரிய வித்தை என் கிறார் இவர். "1951களில் கொழும்பி லிருந்தேன். அப்போது வயது 20. என் அப்பா ஒரு நாள் அழைத்து நீ தங்க வியாபாரம் செய்ய வேண்டும் என்றார். எனக்கோ திகைப்பானது. அப்போது வசதியற்ற சூழல். நாங்கள் எப்படி தங்க வியாபாரம் செய்ய முடியும் என்று யோசித்தேன். ஆனால் எங்கள் அப்பா... உற்சாகமும் ஊக்கமும் தந்து... எனக்கு வழி அமைத்தார். நானும் அவருக்கு ஈடாக தீவிர எண்ணத்தோடு... கடுமையாக போராடி செயல்பட்டேன். விளைவுதான் இன்றைய "லலிதா ஜுவல்லரி' உருவாகக் காரணம்.

ஆனால் அந்தக் காலத்திலே கடைகளில் கண்ணாடி அலமாரிகள் இல்லை. நகைகளை இரும்புப் பெட்டிகளில் பூட்டி வைத்து வியாபாரம் செய்வோம். ஒருவாடிக்கை யாளருக்கு ஒரு நகையைக் காட்டி விட்டு... அதை மறுபடியும் பெட்டிக்குள் வைத்து விட்டு மறுபடியும் வேறு நகையைக் காட்டு வோம். ஆக ஒரு நாளில் பத்து வியாபாரம் தான் நடக்கும். இப்படி இருந்தால் எப்படி வியாபாரம் பெருகும் என்று யோசித்தேன். அதற்குப் பிறகு கண்ணாடி அலமாரிகளில் வைத்து வாடிக்கையாளர்கள் காணும்படி செய்தேன். இதனால் பலரும் பார்ப்பார்கள், வியாபாரமும் விரைவில் நடக்கும் என்று எண்ணி அமைத்தேன். ஆனால் இந்தப் போக்கு மக்களிடம் மிகுந்த வரவேற்பை அடைந்தாலும் சக வியாபாரிகள் எள்ளி நகையாடினார்கள். அப்போது நான் அதைப் பொருட்டாக எடுத்துக் கொள்ளவில்லை. முன்பு இந்தியாவிலும் இலங்கையிலும் ஒரே நேரத்தில் தமிழ்ப்படங்கள் திரையில் வெளி யாகின. அந்தப் படங்களில் போடும் நடிகை

எதிர்பாராமல் வீட்டுக்கு இரண்டு விருந்தினர் இரவு தங்கும்படி ஆனதும், என் கணவர் தலையணைக்கு தலையைச் சொறிந்து நின்றார். வீட்டில் எக்ஸ்ட்ராவாக வைத்திருந்த தலையணை உறையில் என் மூன்று பழைய புடவைகளை போட்டு மடித்து 'தலையணை' தயார் செய்து கொடுத்ததும், அவர் முகத்தில் குஷியைப் பார்க்க வேண்டுமே!

-ஆர். சீதா.



களின் நகைகளை வைத்து அதேபோல மாடல்களில் தங்க நகை செய்து 'நாம் இருவர் நெக்லஸ்' 'ஸ்ரீவள்ளி காதணி' 'கன்னிகா கழுத்து நெக்லஸ்'' என்று பெயரிட்டு நாங்கள் விற்ற முறை பெண்களைக் கவர்ந்தது. இப்படி நிறைய முயற்சிகளைச் செய்தே இன்றைய நிலைக்கு வந்திருக்கிறோம்.''

இன்று நகை வியாபாரிகள் பல விதங்களில் நகை சேமிப்புத் திட்டத்தை உருவாக்கி வருகிறார்கள். மிக்ஸி கிரைண்டர் போல நகைகளும் மாதத் தவணையில் கொடுத்தால் ஏராளமான மக்கள் வாங்குவதற்குச் சுலபமான வழி கிடைக்குமே?

''உண்மைதான். மிக்ஸி கிரைண்டரை தவணைமுறையில் வாங்கி, வெளியில் விற்கப் போனால் பெரிய நஷ்டம் உண்டாகும். நல்ல விலைக்குப் போகாது. ஆனால் தங்கம் அப்படி அல்ல. ஒருகடையில் வாங்கி இன்னொரு கடையில் விற்று விடலாம். அதற்குப் பிறகு அந்த கஸ்டமரை கடைக்காரர்கள் தேடிப்பிடிப்பது என்பது சாதாரண விஷயமல்ல. அதனால் தான் முதலாவதாக பணத்தைச் சீட்டு மூலமாகப் போட்டு.முடிவில் தங்கம் தருகிறோம்.''

நாளொரு மேனியும் பொழுதொரு வண்ணமுமாக புதிது புதிதாக நகை மாடல்களை உருவாக்குகிறீர்களே... உங்களுக்கென பிரத்தியேகமான ஆசாரிகளை வைத்திருக்கிறீர்களா?

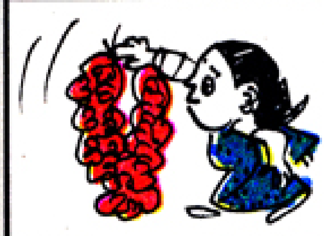
''மற்ற வியாபாரம் போல அல்லாமல் தங்க நகைகளில் பல விதமான வெரைட்டி வைக்க வேண்டும். மிகப்பெரிய வியாபாரிகளால் மட்டுமே இப்படிப் பலப்பல டிஸைன்களை கொண்டு வருவது சாத்தியம். எங்களிடம் உள்ள நகைகள் டெல்லி, பம்பாய், பெல்காம், நெல்லூர், பெங்களூர் ராஜ்கோட் என பல இடங்களிலிருந்து வருகிறது. ஒவ்வொரு ஊரிலும் எங்களுக்கென பட்டறைகள் உள்ளன. இதைச் சிறப்பாக நிர்வகித்து நகைகளை தரக்கட்டுப்பாட்டுடன் உருவாக்குகிறோம். பிரத்யேக ஆசாரிகள் இல்லாமல் பிரத்யேக டிஸைன்கள் செய்ய முடியாது. சில நேரம் மக்களே சவாலான டிஸைன்களை வரைந்தோ பேப்பர் கட்டிங்கோ கொண்டு வந்து காட்டுவார்கள். அதேபோல செய்து கொடுக்கும் போது வாங்கும் பெண்களுக்கு ஏற்படும் இன்பம் முகத்தில் வெளிப்படும். அது எங்களுக்கு உற்சாகத்தைத் தருகிறது. எங்களது நிறுவனம் இலங்கையில் இருக்கிறது. அங்கிருந்து இங்கும், இங்கிருந்து அங்குமாக தினமும் 20-30 டிஸைன்கள் பரிமாறிக் கொள்ளப்படுகின்றன.''

லலிதா ஜுவல்லரியின் விளம்பரங்களில் வரும் மாடல்களைப் பற்றிப் பரபரப்பாக பேசப்படுவது ஏன்?

''நகை வணிகத்தில் மாடல்களுக்கு நகை அணிவித்து அவர்கள் படத்தை டி.வி. சினிமா, பத்திரிகை, காலண்டர் ஆல்பம் எனப் பல வகைகளில் முதலில் விளம்பரத்தை உருவாக்கியது லலிதாதான். இதற்குப் பெரிய விளம்பர நிறுவனங்கள் உதவி செய்கிறார்கள். நானே நல்ல மாடல்களாக ஏற்றவையாக இருப்பின் தேர்வு செய்வேன். உதாரணத்துக்கு புடவைக்கு ஒத்து வரும் முகம் நாகரீக உடைகளுக்கு ஒத்துப் போகாது. நாகரீக உடையலங்காரத்துக்கு ஒத்துவரும் சிகையலங்காரம் காக மாலைக்கு ஒத்து வராது. இப்படிப் பல நுணுக்கங்களை கவனித்து சிறப்பான ஏற்ற முகத்தைத் தேர்வு செய்வேன்.

–தொகுப்பு: **மலர்விழி**

தயாரிப்பாளருக்கு யோசனை!



திருமணம், மற்றும் வரவேற்பு போன்ற நிகழ்ச்சிகளுக்காகத் தயாரிக்கப்படும் பூமாலையில் ரோஸ் கலரால் ஆன நூலைச் சுற்றுகிறார்கள். வியர்வையில் அந்த நூல்பட்டு அதன் சிவப்புச் சாயம் விலை உயர்ந்த ஸுட், மற்றும் பட்டுப் புடவைகளில் கறையை ஏற்படுத்துகிறது. ஆகையால் மாலை தயாரிப்பாளர்கள் தரக்குறைவான நூலை உபயோகிக்காமல் இருப்பது நல்லது. ஜரிகை அல்லது வெள்ளை நூலே போதுமே! (எங்கள் வீட்டில் நடந்த கல்யாண விருந்தில் எங்க வீட்டு மாப்பிள்ளையின் ஷர்ட்டில் இதுமாதிரி கறை படிந்து விட்டது.)

–ஆர். ஜானகிரங்நாதன்.



சிவராமன் ஆளுயர மாலையுடன் காரிலிருந்து இறங்க, கூடவே அவரது அலுவலக நண்பர்கள் சிலரும் இறங்கினார்கள்.

இன்றோடு, அவருக்கும், அலுவலகத்துக்கும் உள்ள தொடர்பு முழுமையாக நீங்கி விட்டது.

ஓய்வு பெறும் இந்த நாளை, ஆவலுடன் எதிர் பார்த்துக் கொண்டிருந்தவர் அவர்.

ஒரு சிறிய பார்ட்டியுடன் நண்பர்கள் விடை பெற்றுக் கொள்ள, சிவராமனின் மனம் 'விடுதலை விடுதலை' என்று சுதந்திரப் பறவையாக பறக்க ஆரம்பித்தது.

"பார்கவி நாளையிலேருந்து ஐயாவுக்கு 'கம்ப்ளீட் ரெஸ்ட்'. காலம்பற, ஏழரை மணி பஸ்ஸைப் பிடிச்சு, ரெண்டு பஸ் மாறி... அப்பப்பா! இனிமே நிம்மதியா ஏழு மணிக்கு எழுந்திருந்தா போதும்."

பார்கவி பதிலேதும் சொல்லவில்லை. சிரித்துக் கொண்டே, ஒரு கவரைக் கொண்டு வந்து கொடுத்தாள்.

டில்லியிலிருந்து அவர்கள் பையன் ஸ்ரீதர், தன் மனைவி குழந்தைகளுடன் வருவதாக எழுதி இருந்தான்.



"இப்ப என்ன விசேஷம்? திடீர்னு புறப்பட்டு வர்றாத எழுதி இருக்கான்?"

சோபாவில் சாய்ந்து கொண்டே, அங்கிருந்த செய்தித் தாளைக் கையில் எடுத்துக் கொண்டார்.

"விசேஷம் ஒண்ணுமில்லீங்க. போன வருஷம் கூட வரமுடியல்லைன்னு எழுதி இருந்தான் இல்லியா? இந்த வருஷம் நீங்களும் ரிடையர் ஆயிட்டீங்க. தீபாவளிக்கு வந்துட்டு, உங்களையும் பார்க்கலாம்கற எண்ணமா இருக்கும்.

சரிங்க... எனக்கு ஏகப்பட்ட வேலை இருக்கு. வராத குழந்தைங்க வராங்க. நிறைய பலகாரம் பண்ணணும். தினமும் விதம், விதமா சமைக்கணும். பாவம் ஆர்த்தி! அங்கே ஆபீஸுக்குப் போயிட்டு என்ன சமைக்கிறாளோ, என்ன சாப்பிடறாங்களோ..."

அன்று முழுவதும் சிவராமன் தேர்வு முடிந்த சிறு குழந்தையாய் உல்லாசமாய் உணர்ந்தார்.

மறுநாள் காலை சிவராமன் ஏழு மணிக்கு எழுந்தார். பேப்பர் படித்தார். நிதானமாகக் குளித்தார். பூஜை அறையில் அரைமணி கழித்தார்.

வு டாணென்று ஒன்பது மணிக்கு, வயிற்றில் மணி அடிக்க ஆரம்பித்து விட்டது.

இன்றையிலிருந்து ஆபீஸ் போகும் உத்தியோகமோ கிடையாது. பார்கவி சமைத்திருப்பாளா?

"ஏங்க தட்டு வெச்சுட்டேன். சாப்பிட வறீங்களா?"

பார்கவியின் குரல், அவரை டைனிங் டேபிளுக்கு இழுத்தது.

"அதுக்குள்ளே சமைச்சிட்டியா?"

"தினமும் ஏழு மணிக்கு சமைக்கறவளுக்கு, ஒன்பது மணிங்கறது ஜாஸ்தி தானே? அதுவுமில்லாம, உங்களுக்குப் பசி தாங்காதுங்கறது எனக்குப் புதுச் செய்தியில்லையே?"

சிரித்துக் கொண்டே பரிமாறியவள், திடீரென்று ஞாபகம் வந்தவளாக சிவராமனிடம் சொன்னாள்.

"ஏங்க இன்னைக்குப் பால்கார்டு வாங்கணும் அவங்கள்ளாம் வரதுனால, பால் கொஞ்சம் கூட வேண்டியிருக்கும். முன்னாடியே சொல்லி வெச்சாத்தான் கிடைக்கும்.

நீங்க சும்மாத்தானே இருக்கீங்க. கொஞ்சம் போயிட்டு வந்தீங்கன்னா, நான் மெஷினுக்குப் போக சௌகரியமா இருக்கும். மாவெல்லாம் அரைக்கணும்.

சரோஜா வேற, அவ குழந்தையைக் கொண்டு வந்து விட்டுட்டுப் போவா."

சிவராமனுக்கு 'சுள்'ளென்று கோபம் வந்து விட்டது.

"ஏன், நான் வீட்டுல சும்மா இருக்கறது உனக்குப் பிடிக்கலியா? இத்தனை நாள் ஓடி ஓடி உழைச்சது பத்தாதா? இதைச் செய், அதைச் செய்னு... ஒரே உபத்ரவமா போச்சு."

அவருடைய கோபமும், எரிச்சலும் தெரிந்த விஷயம்தானே என்பது போல், அமைதியாகவே பேசினாள் பார்கவி.

"சரி... சரி... முடியல்லேன்னா விடுங்க. நானே போய்க்கறேன்."

அப்பா! தொல்லை விட்டது என்று ஈஸி சேரில் சௌகரியமாக சாய்ந்து கொண்டார் சிவராமன்.

ஒரு வாரம் போனதே தெரியவில்லை. எந்த நிர்ப்பந்தமும் இல்லாத சந்தோஷமான வாழ்க்கை!

சாயந்தரமானால் கோவில், லைப்ரரி என்று கிளம்பி விடுவார்.

ஊரிலிருந்து மகனும், மருமகளும், குழந்தைகளுடன் வந்ததிலிருந்து, பார்கவி பம்பரமாக சுழன்று கொண்டிருந்தாள்.

"ஏன் அத்தே எல்லாத்தையும் இழுத்துப் போட்டுட்டு கஷ்டப் படறீங்க? வெளியிலேயும் போயிட்டு, வீட்லேயும் உழைச்சுட்டு... உடம்பு என்னத்துக்கு ஆறது? மாமா, ஹெல்ப் எதுவும் பண்ண மாட்டாரா?"

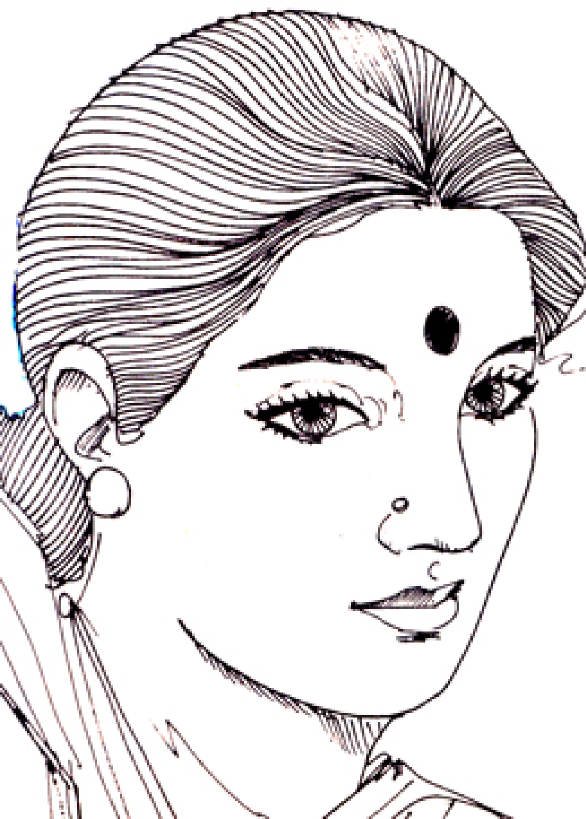
மருமகளின் கரிசனம் பார்கவிக்கு மகிழ்ச்சியாக இருந்தாலும், கணவனை விட்டுக் கொடுக்க இஷ்டமில்லை.

"அதனால என்னம்மா? இத்தனை நாள் உங்க மாமா ஆபீஸ், ஆபீஸ்னு உழைச்சாச்சு. இனிமே அவர் இஷ்டப் படி ரெஸ்ட் எடுத்துட்டுப் போகட்டும்."

என்ன சொல்லப் போகிறாளோ என்று நினைத்துக் கொண்டே வந்த சிவராமனுக்கு மனைவியின் பதில், மனத்திற்கு இதமாக இருந்தது.

வீட்டு வேலைகளில் மனைவிக்கு உதவுவதைக் கௌரவக் குறைவாக நினைக்கும் ரகம் அவர்.

டில்லிக்குப் போயிருக்கும்போது, அவர் பார்த்திருக்கிறார். மகன் அரவிந்த்.



அஸ்வினி

வீட்டு வேலைகள் அத்தனையிலும் மனைவிக்குக் கை கொடுப்பதைப் பற்றி, பார்க்கவியிடம் குறைப் பட்டுக் கொண்டதுண்டு.

அதனால் தன் மனைவி மருமகளைப் போல் இல்லை என்பதில், அவருக்குப் பெருமையும் கூட.

வழக்கம் போல் லைப்ரரிக்குக் கிளம்பினார். அங்கு அவருக்கு, சில நாட்களாகப் பரிச்சயம் ஏற்பட்டு நண்பரானவர் சீதாராமன்.

இருவரும் சிறிது நேரம் லைப்ரரியில் படித்து விட்டு, பேசிக் கொண்டே, காலாற நடந்து கோவிலுக்குப் போவதை வழக்கமாகக் கொண்டிருந்தனர்.

அன்று அரைமணி ஆகியும் நண்பரைக் காணாமல் தவித்துப் போனார்.

"என்ன சிவராமா? ரொம்ப நேரமா 'வெயிட்' பண்றியா? இன்னிக்கு அர்ஜண்ட் வேலை கொஞ்சம் செய்ய வேண்டியிருந்தது. அதான் லேட்!

யோசனையில் ஆழ்ந்திருந்த சிவராமனை சீதாராமனின் குரல் உசுப்பி எழுப்பியது.

சீதாராமனைப் பார்க்க அவருக்குப் பரிதாபமாக இருந்தது.

"ரிடையர் ஆயாச்சு. அப்புறமென்ன? பேசாம 'ரெஸ்ட்' எடுக்றதை விட்டுட்டு... வீட்டுவேலையெல்லாம் உன் மனைவி பார்த்துக்க மாட்டாங்களா? அந்த விஷயத்துல நான் ரொம்ப கொடுத்து வச்சவன். எல்லாம் என் மனைவிதான்."

பெருமையோடு சொன்னார் சிவராமன்.

"பொறுப்பைத் தட்டிக் கழிக்கறதுக்கு இது ஒரு வழின்னு தான் சொல்லணும். இத்தனை நாள், நான் ஆபீஸ் போகும் போது, என்னை சிரமப் படுத்தாம, அத்தனை வேலையையும் தன் தோள் மேல் சுமந்துட்டு எத்தனையோ உழைச்சிருக்கா."

"அது அவங்க கடமைதானே! இதுல, அதிசயம் என்ன இருக்கு?"

இடைமறித்துக் கேட்ட சிவராமனின் கேள்வி, சீதாராமனிடம் சற்றே கோபத்தை ஏற்படுத்தியது.

"அது என்ன, அப்படி சுலபமா சொல்லிட்டே? ஆபீஸ் போய் வேலை செய்றதும் நம்ம கடமை தானே? நமக்காவது 'ரிடையர்மென்ட்டு'ன்னு ஒண்ணு இருக்கு. வீட்டுல லேடீஸுக்கு வயசு ஆக, ஆக பொறுப்புகளும் அதிகமாயிட்டு தான் வருது. அவங்களுக்கு என்னிக்கு 'ரிடையர்மென்ட்'?

ஆபீஸ் போற காலத்துல, அவளுக்கு நான் சின்ன ஹெல்ப் கூட பண்ண முடியல்லே. இப்ப, அவ கூடவே இருந்து, எவ்வளவு உதவி பண்ண முடியுமோ, அவ்வளவு உதவி பண்றேன்.

இதுல எனக்கும் திருப்தி. அவளுக்கும் சந்தோஷம்.

சில விஷயங்கள், பெண்கள் வாய் விட்டுக் கேட்க மாட்டாங்க. நாமளாத் தான் புரிஞ்சு செய்யணும்."

சீதாராமனின் பேச்சு, சிவராமனின் மனத்தில் ஒரு சலனத்தை ஏற்படுத்தி இருந்தது.

'பார்கவிக்குன்னு, நான் என்ன செஞ்சிருக்கேன்? ஆபீஸ் போகும் போதும் செஞ்சதில்லே. இப்பவும் செய்ய நினைச்சதில்லே. ஆனா, பார்கவி... என் தேவைகள் எதையாவது குறைச்சிருக்காளா? எத்தனை வேலையானாலும் முகம் சுளிச்சிருப்பாளா?'

'ஆக்ஷன் ரீ ப்ளே'யில் பழைய சம்பவங்கள் மனத் திரையில் ஓடின.

தொடர்ந்த மௌனத்தில், கோவிலைத் தாண்டிச் சென்று விட்டனர் இருவரும்.

"என்னப்பா இது, ஏதோ நினைச்சுட்டு, கோவிலைத் தாண்டி வந்துட்டோம். வா, போயிட்டு வந்துடலாம்."

கூப்பிட்ட சீதாராமனிடம் வேகமாக மறுத்தார் சிவராமன்.

"வேண்டாம் சீதாராமன். இன்னிக்கு டயமாச்சு. நாளைக்குப் பார்த்துக்கலாம். என் ஒய்ஃப் ஏதோ முக்கியமான சாமான் வாங்க கடைக்குப் போகணும்னு சொன்னா. வீட்டுக்குப் போய், அவளைக் கூட்டிட்டுப் போகணும். வரட்டா?"

பேசிக் கொண்டே ஓடியவரைப் புரியாமல் பார்த்தார், சீதாராமன்.



பஜ்ஜி, காரா பூந்தி செய்யும் போது சோடாமாவு போடாமல் காயும் எண்ணெயில் ஒரு கரண்டி எடுத்து ஊற்றி போட்டால் எண்ணெயும் குடிக்காது. பஜ்ஜி நன்றாக உப்பிக் கொள்ளும். பூந்தியும் குண்டு குண்டாக மணியாக இருக்கும்.

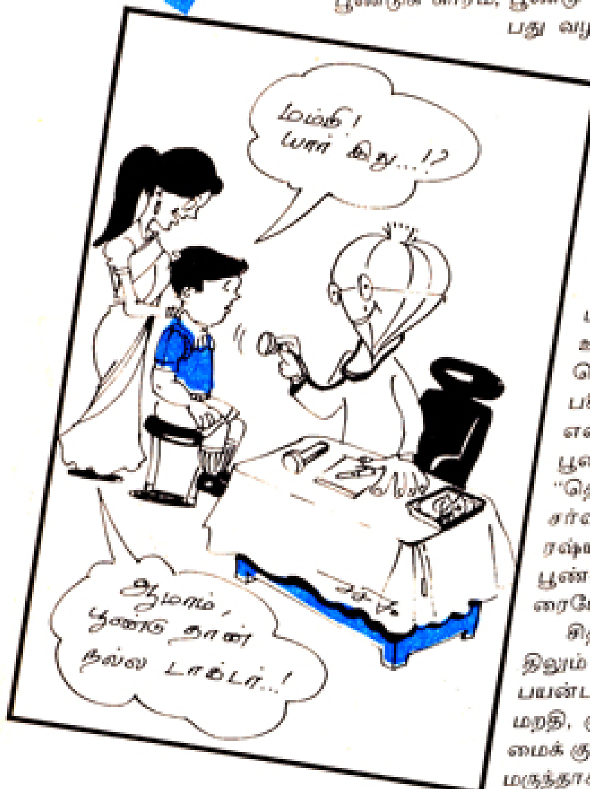
– உஷா நாராயணன்

பூண்டின் மகாத்மியம்

உலகிலுள்ள மக்களை இரண்டு வகையாகப் பிரிக்கலாம். "பூண்டு" என்று யாராவது உச்சரித்தாலே மூக்கைப் பிடித்துக் கொள்ளும் பரம எதிரியான மக்கள் ஒரு வகை. "பூண்டைப் பற்றி இந்தப் புத்தகத்தில் வந்துள்ளதா?" என்று கேட்டு விட்டு அந்தப் பக்கங்களையே கிழித்து ரசம் வைத்து, "ஆஹா, பூண்டு ரசம் பிரமாதம்" என்று ரசிக்கும் பரம பூண்டு வெறியர்கள் மற்றொரு வகை. இடைப்பட்ட மக்கள் ஒரு மருத்துவத் தேவை, அல்லது ஒரு நிர்பந்தம் என்றால் வேண்டா வெறுப் பாக உட்கொள்ளுபவர்கள். ஆனால் இவர்கள் ஒருவரைப் பற்றியுமே கவலைப்படாத பொருள் பூண்டு. அதன் சாம்ராஜ்யம் இன்று உலகம் முழுவதும் பரந்து விரிந்து வருகிறது.

கிறிஸ்து பிறப்பதற்கு சுமார் 1500 ஆண்டுகளுக்கு முன்பே எகிப்திய மருத்துவர்கள் பல்வேறு நோய்களுக்கு பூண்டினை மருந்தாகக் கொடுத்த தாக வரலாறு கூறுகிறது. இதயக் கோளாறு, பூச்சி கடி, தலைவலி, வயிற்றுப் பூச்சி, கோடைக் கொப்புளம் என்று பலவகை நோய்களுக்கும் பூண்டே நிவாரணி. கிரேக்க மருத்துவர் ஹிப்போக்ரேட் பலவகை தொத்து வியாதிகளையும், குடல் கோளாறுகளையும் நீக்க பூண்டினைப் பயன்படுத்தியுள்ளார். சுமார் 3000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பே ஆயுர்வேதத் தின் தந்தை எனப்படும் சரகர் என்னும் முனிவர் பூண்டினை வீட்டிலேயே செய்யும் வைத்தியத்திற்குப் பயன்படுத்தினார். ஆயுர்வேத வைத்தியத்தில் பூண்டினால் இரத்தத்தைச் சீராக ஓட வைக்கவும், நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை அளிக்கவும், பசியைத் தூண்டவும், இரத்தத்தில் சர்க்கரை அளவைக் குறைக்கவும் முடியும் என்று நம்பப்படுகிறது.

நம் நாட்டிலும் பண்டைய உணவிலும், மருந்திலும் பூண்டு அதிக மாகப் பயன்படுத்தப்பட்டு வந்துள்ளது. மிக ஆசாரமான பிராமணக் குடும்பங்களில் கூட பிரசவ காலத்தில் தாய்க்கு பூண்டு லேகியம், பூண்டுக் காரம், பூண்டு ரசம் என்று பல வகையில் பூண்டு சேர்ப் பது வழக்கம். அதற்குக் காரணம் பூண்டு இரண ஜன்னி (Tetanus) தொற்று வியாதி, இசிவு நோய், சளி, கபஜுரம் இவை ஏற் படாமல் தடுக்கும் தன்மை உடையது. தாய்ப்பால் சுரப்பை அதிகரிப்பதுடன் பால் குடிக்கும் குழந்தைக்கும் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி அளித்து, வாயுக் கோளாறு, வயிற்றுக் கோளாறு, சளி இவை ஏற்படா மல் தடுக்கும்.



எகிப்து நாட்டில் பிரமிட் கட்டுமானப் பணியில் ஈடுபட்ட தொழிலாளர்களுக்கு உணவுடன் தினமும் வெங்காயமும், பூண்டும் கொடுக்கப்பட்டதாம். இவை அவர்களின் பசியையும், சோர்வையும் போக்கவல்லவை என்று எண்ணினார்கள். ரோமானியர்கள் பூண்டை எப்படி அழைத்தார்கள் தெரியுமா? "தெரியாக்கா ரஸ்டிகோரியாஸ்" ('ஏழைகளின் சர்வரோக நிவாரணி' என்பது பொருள்.) ரஷ்யர்கள் இன்னும் ஒரு படி மேலே போய் பூண்டை ரஷ்யாவின் பெனிசிலின் என்று பெய ரையே மாற்றி அழைத்தனர்.

சித்த வைத்தியத்திலும், இயற்கை வைத்தியத் திலும் பூண்டு நிறைய நோய்களுக்கு மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. யுனானி மருத்துவத்தில் ஞாபக மறதி, குளிர் நடுக்கம், குடல் உபாதைகள், ஆண் மைக் குறைவு, பக்கவாதம் இவைகளை நீக்க பூண்டு மருந்தாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது.



தற்காலத்தில் பூண்டின் மகத்துவத்தை உணர்ந்து உலகின் பல பாகங்களிலும் அதன் மருத்துவ குணம் பற்றி ஆராய்ச்சிகள் நடைபெற்ற வண்ணமாக உள்ளன. பூண்டின் ரசாயனப் பொருள்கள், நீக்கும் நோய்கள் என்று பலவித ஆராய்ச்சிகள் பூண்டின் அற்புத குணங்களை தினம், தினம் வெளிப்படுத்தியவண்ணம் உள்ளன. சைனாவில் 'Institute of Traditional Chinese Medicine' என்னும் ஆராய்ச்சி நிலையம் பூண்டு பற்றி ஆராய்ந்ததில் இரத்த அழுத்தம், இரத்தக் கொலஸ்ட்ரால் இரத்தத்திலுள்ள சர்க்கரை இவற்றை மட்டுப்படுத்துவதுடன் இரத்தத்திற்குக் கேடுவிளைவிக்கும் LDH என்ற கொலஸ்ட்ரால் வகையைக் குறைத்து நன்மை செய்யும் HDL என்ற கொலஸ்ட்ரால் வகையை அதிகரிக்கவும் செய்கிறதாம். சைனாவில் நடந்த மற்றொரு ஆராய்ச்சியில் ஒருவகையான புற்றுநோய், மெனிஞ்சைடிஸ் எனப்படும் மூளைக் காய்ச்சல், இவற்றிற்குப் பூண்டு சிறந்த மருந்தாகும் என்று கண்டுபிடிக்கப் பட்டுள்ளது.

ஜெர்மனியில் பூண்டுப் பொடியும், எண்ணெயும் இரத்த அழுத்தத்திற்கும், இதய நோய்க்கும் மருந்தாகக் கொடுக்கலாம் என்றும், நார்வேயில் பூண்டு சர்க்கரை வியாதிக்கு மருந்தாகப் பயன்படுத்தலாம் என்றும் கண்டுபிடித்துள்ளனர். வட இந்தியாவில் டாக்டர் சைனானி செய்த ஆராய்ச்சிகளின்படி பூண்டை தினமும் தங்கள் உணவில் சேர்க்கும் ஜெய்ன் இனத்தவர்களுக்கு இரத்தத்தில் கொலஸ்ட்ரால் அளவு குறைவாக உள்ளது என்பது தெரிய வந்துள்ளது.

பூண்டும் மாரடைப்பு நோயும் :

மாரடைப்பு என்பது இரத்தக் குழாயில் இரத்தம் சீராக ஓடாமல் தடை ஏற்படும் போது ஏற்படும் அபாயம். இதனால் இரத்த அழுத்தம் இருந்தால் இரத்தக் குழாயில் எங்கோ அடைப்பு உள்ளது என்பது அடையாளம். இது மாரடைப்புக்கு வழிவகுக்கும். பெரும்பாலும் இது கொலஸ்ட்ரால் என்ற கொழுப்பு இரத்தக் குழாயில் படிந்து அதன் உள் அளவைக் குறைப்பதால் ஏற்படுகிறது. பூண்டு கொலஸ்ட்ராலை உடைத்து இரத்தக் குழாய் கெட்டிப்படுவதைத் தடுக்கிறது. சுத்தப்படுத்தப்பட்ட பூண்டு இரண்டு பல் தினமும் சாப்பிட்டால் இரத்தம் சுத்தமடையும். வயிற்றில் கிருமிகள் அழிந்து விடும். ஒரு முறை மாரடைப்பு வந்தவர்களுக்கு மீண்டும் வராமல் தடுக்கும். குடும்பத்தில் இரத்த அழுத்தம், ஹைபர் டென்ஷன் உள்ளவர்கள் தினமும் உணவில் பூண்டை சேர்த்து வர BP தானாகவே குறைந்து விடும். இரத்தத்திலுள்ள பிளேட்டிலேட்ஸ் (platelets) எனப்படும் பொருள் ஒரே இடத்தில் அதிகமாகச் சேரும் போது இரத்த ஓட்டம் தடைப்படும் (அடிபட்ட இடத்தில் இரத்தம் கட்டி தட்டிப் போக உதவி செய்யும் அதே பிளேட்டிலேட்ஸ்தான்). எனவே பூண்டு எண்ணெய்யை மருந்தாகக் கொடுத்த போது இந்த பிளேட்டிலேட்ஸுகள் கூட்டமாகச் சேருவது தடுக்கப்பட்டது. இதனால் ஏற்படும் இதய நோயும் குணமாயிற்று.



சர்க்கரைப் பொங்கலின் சுவை மேலும் பிரமாதமாக இருக்க, கொஞ்சம் மில்க்மெய்ட் சேர்த்துப் பாருங்கள்! அற்புதமாகச் சுவையைச் சுவைக்கலாம்!
- உமா



பூண்டும் புற்றுநோயும் :

வெளிநாடுகளில் புற்றுநோயைத் தீர்க்க பூண்டு எவ்வாறு பயன்படும் என்று ஆராய்ச்சி செய்து வருகின்றனர். புற்று நோய்க் கிருமிகளை எலிகளின் உடலில் செலுத்திய பின் ஒரு சில எலிகளுக்கு மட்டும் தினமும் பூண்டுச் சாறு கொடுக்கப்பட மற்ற எலிகள் 16 நாட்களில் இறந்து போயிற்றாம். பூண்டு சாப்பிட்ட எலிகள் 6 மாதங்கள் வரை உயிர் வாழ்ந்தனவாம். சில வகை டியூமர்களை குணப்படுத்தவும் பூண்டு பயன்படும் என்று கண்டுபிடித்துள்ளனர்.

பூண்டில் அடங்கியுள்ள சத்துக்கள் :

பூண்டில் புரதம், பாஸ்பரஸ், இரும்பு, கால்சியம் போன்ற தாதுக்களுடன், வைட்டமின் B_1, B_2 மற்றும் C ஆகியவையும், நிகோடினிக் அமிலமும் அடங்கியுள்ளன. தவிர கந்தகம் அடங்கியுள்ள அமினோ அமிலங்களும் உள்ளன. இந்த கந்தக ஆக்ஸைடுகள் சிதையும் பொழுது டை சல்பைடுகளாகவும், பாலி சல்பைடுகளாகவும் மாறுகின்றன. இவற்றின் தன்மை இன்சுலினை அதிகமாகச் சுரக்கச் செய்வது. எனவே சர்க்கரை வியாதியைக் கட்டுப்படுத்துகிறது. தவிர பூண்டில் அடங்கியுள்ள வைட்டமின்கள், தாதுக்கள் இவை கூந்தலை நீண்டு வளரச் செய்வதுடன் ஆண்களுக்கு ஏற்படும் விந்துக் குறைவு, ஆண்மைக் குறைவு இவற்றையும் நீக்கும்.

பூண்டின் மணம் எதனால் ?

பூண்டின் பலமும் பலவீனமும் ஒன்றேதான். அல்லிஸின் (allicin) என்ற பொருளே பூண்டு ஒரு ஒப்பற்ற கிருமி நாசினியாகவும், நோய் தடுப்புப் பொருளாகவும் விளங்கச் செய்கிறது. பூண்டின் நெடியான மணத்திற்கும் இந்த அல்லிஸின்தான் காரணம். உண்மையில் பூண்டு உரிக்கும்போதோ, நசுக்கும் போதோதான் மணம் வருகிறது. அதாவது பூண்டில் உள்ள அல்லின் என்ற தாவர செல்லும், அல்லினேஸ் என்ற தாவர சுரப்புத் திரவமும் ஒன்று சேரும் போதுதான் அல்லிஸின் என்ற பொருள் உண்டாகி வாசமும் வருகிறது. தவிர பூண்டில் உள்ள சைக்ரோலின், டயலில் டைசல்பைடு போன்ற பொருட்களும் பூண்டின் மருத்துவ குணத்திற்குக் காரணமாக அமைகின்றன. பூண்டின் வாசனை பிடிக்காவிட்டால் குழந்தைகள் ஷூவுக்குள் ஒவ்வொரு பல் பூண்டைப் போட்டால் போதும். காலில் மிதிபட்ட சாறு தோல் வழியாகக் குடலுக்குள் சென்று அங்குள்ள குடல் புழுக்களைக் கொன்று விடுமாம்.

பூண்டினால் குணப்படுத்தப்படும் நோய்கள் :

பூண்டு வெவ்வேறு நாடுகளில் வெவ்வேறு நோய்களை குணப்படுத்தப் பயன்படுகிறது. இரத்த சோகை (anemia), மூட்டுவலி (rheumatic disease), சர்க்கரை வியாதி (diabetes), ஆஸ்த்துமா (asthma), கக்குவான் (whooping cough), நிமோனியா (pneumonia), ஒவ்வாமை (allergies), குடல் புழுக்கள் (intestinal worms), கிருமிகளால் ஏற்பட்ட வயிற்றுப் போக்கு (parasitic diarrhea), தூக்கமின்மை (insomina), வயிற்றுக் கடுப்பு (dysentry), காலரா, டைபாயிடு, தோல் வியாதி (dermatosis), மலச்சிக்கல், காது வலி, தலைவலி, சளி, நெஞ்சு வலி, காயம், மயக்கம், மூச்சுக் குழல் அழற்சி (bronchitis), ரணமாதல் (gangrene), டிப்தீரியா. போதுமா பட்டியல்? இந்த நோய்களை, சிலவற்றிற்குப் பச்சையான பூண்டுச் சாறைக் கொண்டும், சிலவற்றிற்கு பூண்டு எண்ணெயைக் கொண்டும், பூண்டுப் பொடியைக் கொண்டும் குணப்படுத்துகிறார்கள்.

பாட்டி வைத்தியத்தில் பூண்டு :

நம் ஊர்ப் பாட்டிகள் கை வைத்தியமாகச் சொல்லும் சிகிச்சைகளில் பூண்டு தாராளமாகப் பயன்படுவதைப் பார்க்கலாம்.

இரண்டு பல் பூண்டை வாயில் போட்டு மென்றால் கப காசம், சுவாச காசம், நுரையீரல் கபம் கட்டி மூச்சுத் திணறல் இவை குறையும். கபம் கரைந்து வாய் வழியே வெளி வரும். வயிற்றில் ஏற்படும் வாயு கீழ்நோக்கிப் பிரியும். உப்புசம் குறையும். சிறுநீர் தாராளமாக வெளியேறும்.



"கவலையா!
கேஸைப் பத்தியா...
இனிமே எனக்கு
இல்லவே இல்லை...

...அதான் ஸ்பிக்ஜோதி LPG இருக்கே!"

"ஆச்சர்யமா இருக்கு இல்ல! நாலு வருஷமா கேஸ் கனெக்‌ஷனுக்காக வெயிட் பண்ணி எனக்கு அலுத்துப் போச்சு. அப்பதான் பிரைவேட்ல புக் பண்ணலாம்னு முடிவு செஞ்சேன்.

அதுல ஸ்பிக்ஜோதி தான் பெஸ்ட்டுன்னு கேள்விப் பட்டேன்.

அதோட விசேஷங்கள் என்ன தெரியுமா... • சிறந்த தரம் • விரைவான சப்ளை • சிறந்த சர்வீஸ் மற்றும் • உயர்ந்த பாதுகாப்பு.

ஸ்பிக் நிறுவனத்தின் ஒரு தரமான தயாரிப்புதான் ஸ்பிக்ஜோதி. தன்னோட சொந்தக் கப்பல்லே இறக்குமதி செய்றதாலே விரைவா சப்ளை செய்ய முடியுது.



அது மட்டுமா... தமிழ்நாட்டில் உள்ள எல்லா பெரிய ஊர்களிலும் சிறந்த விநியோகஸ்தர்கள் இருக்காங்க.

இப்ப புரிஞ்சுதா! ஸ்பிக்ஜோதியைப் பதிவு பண்ணினா உங்க கவலையெல்லாம் எவ்வளவு சீக்கிரம் பறந்து போயிடும்னு...

என்ன கிளம்பிட்டீங்களா... ஸ்பிக்ஜோதியைப் பதிவு பண்ண?"

உங்கள் அருகிலுள்ள ஸ்பிக்ஜோதி விநியோகஸ்தரிடம் உடனே முன்பதிவு செய்து கொள்ளுங்கள்.

SPIC JOTHI

என்றும் உங்கள் வாழ்க்கைத் துணை

PROFAD:SPIC-LPG:1035:TAM

சூப்பர் ஸ்டார்

ரஜினிகாந்த்

நடிக்கும்

சத்யா மூவிஸ்

சென்னை

ஆல்பட் A/c

அபிராமி A/c

மகாராணி A/c

தினசரி 4 காட்சிகள்

உதயம் A/c

தினசரி 3 காட்சிகள்

ஸ்ரீபிருந்தா A/c

தினசரி 4 காட்சிகள்

மற்றும் உலகமெங்கும்

பாட்ஷா

(BAASHA) சினிமாஸ்கோப்

சுரேஷ் கிருஷ்ணா

தேவா



வைரமுத்து - பாலகுமாரன் - P.S. பிரகாஷ் - மகி

தருண்குமார் - கணேஷ்குமார் - ராஜு

Elegant

தயாரிப்பு

V. ராஜம்மாள்

தமிழழகன்.V

இரண்டு பல் பூண்டை பாலில் போட்டு காய்ச்சிக் குடிக்க முழங்கால் வலி, கழுத்து வலி, இதய வலி, இடுப்புப் பிடிப்பு நீங்கும்.

இரண்டு பல் பூண்டை நெய்யில் வதக்கி தினமும் சாப்பிட்டால் ஆஸ்துமா நீங்கும்.

இரண்டு பல் பூண்டை ஏதாவது ஒரு வகையில் உணவில் சேர்த்தால் (தொடர்ந்து) இரத்த அழுத்தம் ஏற்படாது. ஏற்கெனவே இருந்தால் குறைந்து விடும்.

வெறிநாய் கடித்து விட்டால் கடித்த இடத்தைக் கழுவி, காயத்தின் மேல் பூண்டைத் தட்டி நன்றாகத் தேய்க்கவும். பிறகு வெள்ளைப் பூண்டை அரைத்து காயத்தின் மேல் வைத்து சுத்தமான துணியால் கட்ட வேண்டும். உள்ளுக்கு பூண்டு கஷாயம் வைத்துக் கொடுக்க வேண்டும். (வெறிநாய் சமாசாரம், டாக்டரிடமும் போய் விடுங்கள்!)

திடீரென்று காது கேட்கா விட்டால் இரண்டு பல் பூண்டை 10 மில்லி நல்லெண்ணெயில் காய்ச்சி ஆறிய பின் 2 சொட்டு காதில் விட்டால் குணமாகும்.

தாய்ப்பால் பெருக, 4 அல்லது 5 பல் பூண்டை சுட்டு அல்லது பாலில் காய்ச்சி தினமும் உண்ண வேண்டும்.

குழந்தைக்கு உரை மருந்து கொடுக்கும் போது வசம்பு, சுக்கு, ஜாதிக்காய், சித்தரத்தை இவற்றை ஒவ்வொரு சுற்று இழைக்கும் போது பூண்டையும் இழைத்துத் தாய்ப்பாலில் கலந்து கொடுத்தால் வயிற்றுக் கோளாறு வராது.

பூண்டைப் பற்றிய சுவையான தகவல்கள் :

ரஷ்யாவில் சைபீரிய கிராமம் ஒன்றில் மக்கள் வரியாகப் பூண்டை அளித்தனர்.

வீட்டில் காத்து, கறுப்பு அண்டாமல் இருக்க வாசல் படியில் பூண்டைத் தொங்க விட்டனர்.

கழுத்தில் டாலர் மாதிரி தொங்க விட்டுக் கொண்டால் திருஷ்டி படாதாம்.

பாரிஸின் வடபகுதியில் (பெல்ஜியத்திற்கு அருகே) உள்ள கிராமத்தில் பூண்டு என்றால் மக்களுக்கு உயிராம். ஆண்டுக்கு ஒருமுறை பூண்டுத் திருவிழா நடத்துவார்களாம். தெருவெங்கும் பல ஸ்டால்களில் பூண்டு சூப் முதல் பூண்டு கேக் வரை கடசுட விற்பனையாகுமாம். மாலையில் பூண்டு அழகி (Miss garlic) போட்டியில் தேர்ந்தெடுக்கப்படும் பெண்ணிற்கு எடைக்கு எடை பூண்டு பரிசளிப்பார்கள். அதை அவளே உண்டு முடித்து விடுவாளாம்.

ஒருமுறை ஜூரிச்-சிகாகோ விமானத்தில், பயணிகள் திடீரென வந்த மணத்தினால் பயந்து பிராணவாயு முகமூடி கேட்க, பயந்து போன விமானி, விமானத்தை ஜூரிச்சில் இறக்க, பணியாளர்கள் பார்த்த போது பூண்டு எண்ணெய் அடங்கிய பீப்பாய் ஒன்று கசிவதைக் கண்டனர். பல மணி நேரம் கழுவியும், வேறு வாசனைப் பொருள்களைப் பயன்படுத்தியும் பூண்டு மணம் சிறிதளவே குறைந்ததாம். இதனால் விமானக் கம்பெனிக்கு நஷ்டம் 10,000 டாலர்கள்!



"ஆஹா, பூண்டில் இவ்வளவு விஷயம் இருக்கிறதா?" என்று ஆர்வமுடன் பூண்டை உண்ண முயற்சி செய்பவர்களுக்கு அதன் மணம் (முகத்தை சுளிக்க வைக்கிறதே!) மறைவதற்கு சில டிப்ஸ் :-

பூண்டு கலந்த உணவை உண்டபின் mouth wash பயன்படுத்தி வாய்க் கொப்பளிக்கவும். அல்லது சூயிங்கம் மெல்லவும். வாயில் தங்கும் உணவுத் துணுக்குகளே மணம் வரக் காரணம். எனவே நன்றாக பிரஷ் கொண்டு பற்கள், நாக்கு இவற்றைத் துலக்கவும்.

முடிவாக, இளையதலைமுறையினருக்கு சில வார்த்தைகள். நீங்கள் சுவைத்து உண்ணும் சைனீஸ் உணவு வகைகளில் கட்டாயம் பூண்டும், இஞ்சியும் உண்டு. வடக்கத்திய மசாலா உணவுகளிலும், பஃப், சமூஸா போன்ற ஃபாஸ்ட் ஃபுட்களிலும் பூண்டு உண்டு. எனவே அம்மாவிடமும் உணவில் பூண்டு சேர்க்கச் சொல்லுங்கள்.

நடுவயதுக்காரர்களில் எடை போடும் உடல்வாகு, எளிதில் உணர்ச்சிவசப்படும் மனநிலை, சிகரெட் பிடிக்கும் பழக்கம் இவை உள்ளவர்களுக்கு அவர்கள் எடைக்கு 1 கிலோவிற்கு 1 கிராம் என்ற கணக்கில் பூண்டு சேர்த்தால் நல்ல பலன் கிடைக்கும்.

அடுத்த முறை பூண்டைப் பார்த்தால் வேண்டாம் என்று சொல்லாதீர்கள். உங்களிடம் உள்ள எந்த ஒரு நோயையும் நீக்கவல்ல டாக்டர் அது.

— லக்ஷ்மி சங்கர்



அத்தியாயம் –12

உள்ளே அந்தக் காலடிகள் வேகமாக வந்தன. என்ன செய்யலாம் என்று பிரசாத் யோசிப்பதற்குள்,

அறையில் அவன் எதிரே வந்து நின்றான் ரங்கா.

பிரசாத் வேலை பார்க்கும் கம்பெனியின் உரிமையாளர்.

புன்னகை ஒன்று கொடூரமாக ரங்கா முகத்தில் வீசியது. "ஓகோ! உண்ட வீட்டிலேயே கன்னம் வைக்கிறாற் போல இருக்கே" என்றான். ரங்கா அங்கே சிதறிக் கிடக்கும் துணிமணிகள் இத்யாதிகளை பார்த்த வாறு நின்றான்.

பிரசாத்துக்கு பேச வாய் இல்லை. பார்வை விறைத்து விட்டது.

ரங்கா தனது பாண்ட் பாக்கெட்டுக்குள் கையைச் செலுத்தி ஒரு ஸ்மித் அண்ட் வெஸ்ஸனை வெளியே எடுத்தான். கைக்கடக்கமாக அது இருந்து கொண்டு புதுப் பளபளப்பு காட்டியது. அதன் குழாய் பிரதாப்பின் விரிந்த மார்பைப் பார்த்தது.

"துரோகி!" என்றான் ரங்கா.

"நீதான்!" என்றான் பிரதாப் மெள்ள. ஒரு ஆன்ம தைரியம் அவனிடம் எழுந்து கொண்டிருந்தது.

"நானா! நானா உன் வீட்டில் புகுந்து இப்படி துணிமணிகளை கலைத்துப் பார்க்கிறேன்?" என்றான் ரங்கா.

"அப்படி நான் செய்ததற்குக் காரணம் நீ செய்த கொலையைக் கண்டு பிடிக்கத்தான்"

"ஓ நான் கொலை செய்தேனா?"

"ஆமாம், முதலில் துப்பாக்கியைக் கீழே வை. இன்னொரு கொலை இனி வேண்டாம்."

"ஏன் பயப்படறியா?"

"நான் ஏன் பயப்படணும்? எனக்கு உயிர் பெரிசில்லை. அதை அப்போதே தீர்மானிச்சாச்சு, உன்னை எப்போ துப்பறிய நினைச்சேனோ...."

"அடேயப்பா! என்னை என்ன துப்பறிஞ்சே?"

"நீ ஒரு சதிகாரன்! கம்பெனி பெயரிலே நிறைய சதி செஞ்சிருக்கே. ஒரு டில்லிவாசி, கம்பெனி நிர்வாகி! திருமலைன்னு பேரு. சென்னையிலே கொஞ்சநாள் தங்கி இருந்தார். அஞ்சு பழைய கால விக்கிரகங்களை ஒரு

ஸ்ரீ வேணுகோபாலன்

கிராமத்திலேர்ந்து வாங்கி வச்சிருக்கிறார். அந்த விஷயம் உனக்குந் தெரிந்திருக்கு. அந்த விக்கிரகங்களை அபகரிக்க, பெரிய விலைக்கு வெளிநாட்டிலே விற்க உனக்கு ஆசை. சதித் திட்டம் போட்டி ருக்கே."

"என்ன போட்டேன்?" ரங்கா கடுமையாகக் கேட்டாலும் பிர தாப்புக்கு அந்த விஷயம் எப்படித் தெரிந்திருக்க முடியும் என்று ஒரு ஆச்சரியம்.

"அந்த நிர்வாகியுடைய மகனைக் கடத்திட்டு வந்தே. வீட்டிலே பணயக் கைதியா மாடியிலே வச்சிருந்தே."

"அப்புறம்?"

"திருமலைக்குச் செய்தி அனுப்பினே. பணம் எனக்கு வேண்டாம். உன்கிட்டே இருக்கிற அந்த விக்கிரகங்களையும் கொடுன்னு சொன்னே. அவரும் வேறு வழியில்லாமக் கொடுத்துட்டாரு. அந்த ஒரு குற்றத்தோடு நிறுத்தினையா...?

"ஏன் அப்புறம் என்ன செஞ்சுட்டேன்." இரு கைகளையும் உயர்த்தினான், ரங்கா.

"என்ன செஞ்சே? அதைப் பங்கிட்டு தருவதிலே தகராறு. ஒருத் தனை யமலோகத்துக்கு அனுப்பிச்சே. அவன் பெயரு பைரவன்."

"அடேயப்பா! எவ்வளவு தெரிஞ்சு வச்சிருக்கே."

"நீயும் பத்மநாபன் என்கிற கூட்டாளியும் சேர்ந்து கொலை செஞ்சீங்க. அவ னைக் கொன்னு மதுரவாயல் பக்கம் போட்டீங்க. அப்பு றம் பாவம் உன்னை விடுமா. ரெண்டா வது கூட்டாளி, அவ னையும் யமலோகம் அனுப்பணும்னு தீர் மானிச்சே. அதற்கும் திட்டம் போட்டே."

"என்ன போட்டேன் சொல்லு?"

"அத வேறே சொல்லணும். அதிலே என்னை அறியாமல் மாட்டி விட்டே."

"மூடு வாயை. நான் அப்படி எதுவும் செய்யலை."

"இரு. இரு! அந்த பத்மு உன் கம்பெனி இருக்கிற கட்டிடத் திலே இன்னொரு கம்





வைப்புநிதி திட்டத்தில்

- குறைந்த பட்ச டெபாசிட் தொகை ரூ. 10,000/-
- முதலீட்டுக்கான கால அளவு 1 வருடம்
- பின் தேதியிட்ட காசோலைகள் முன்னமே கொடுக்கப்படும்

திட்டம் - 1 - குமுலேடிவ் வைப்பு நிதி

குறைந்த பட்ச வைப்புதொகை	முதலீட்டுக்கான கால அளவு	முடிவில்
10,000	13, மாதங்கள்	13,000
10,000	25, மாதங்கள்	16,000
10,000	37, மாதங்கள்	20,000

திட்டம் - 2 - ஈஸ்வரி பாண்ட் (முதலீடு இரட்டிப்பு திட்டம்)

குறைந்த பட்ச முதலீடு	37 வது மாத முடிவில்
ரூ. 25,000	ரூ. 50,000

திட்டம் - 3 - திருமலா பாண்ட் (மும்மடங்கு திட்டம்)

குறைந்த பட்ச முதலீடு	60 வது மாத முடிவில்
ரூ. 50,000	ரூ. 1,50,000



ESWARI GROUP OF COMPANIES

ஈஸ்வரி பைனான்ஸ் & இன்வெஸ்ட்மெண்ட்ஸ்

4, எல்டாம்ஸ் சாலை, முதல் மாடி, ஆழ்வார் பேட்டை, சென்னை - 18. போன்: 455349, 459557.
கிளை 25, முதல்மாடி, நேரு வீதி, பாண்டிச்சேரி - 1. போன்: 31830.

உங்கள் வளர்ச்சி ஈஸ்வரியுடன் வளரட்டும்

Lotus

பெனியிலே வேலை பார்த்தான். அவன் ராத்திரி வீட்டுக்குப் புறப்பட எட்டு மணி ஆகும். அவனை நீயே கொலை செய்ய நினைச்சே. வேறே கூட்டாளி உனக்கு இல்லை. பத்மு வேலை பார்க்கும் கம்பெனி யிலே சபாபதி என்று ஒரு வாட்ச்மேன். அவன் டிரஸ்ஸை திருடி எடுத்தே. கொலை நடந்த நாள் ராத்திரி, நான் உங்க கம்பெனி யிலே வேலை செய்திட்டிருந்தேன். என்னை வேலை செய்ய வச்சீங்க."

ரங்காவின் நெற்றியில் ஒருவரி படர்ந்தது.

"என்னை வேலை செய்ய வச்சது என்னை ஒரு சாட்சி ஆக்கிறதுக்காக. அந்த ராத்திரி நான் சன்னல் பக்கம் உட்கார்ந்து வேலை செஞ்சுக்கிட்டிருக்க, வெளியே வராந்தா வழியே நீ அந்த சபாபதி யூனி பாரத்தைப் போட்டு அவன் மாதிரியே வேணுமின்னு கொஞ்சம் எக்கி எக்கி நடந்து போனே. நான் அதைக் கவனிச்சேன். நேரே பத்மு அறைக்குப் போய் அவனைக் கொலை செஞ்ச. நான் கலவரப்பட்டு எழுந்த போது சன்னல் தள்ளி என் கண் தெரியும்படி எக்கி எக்கி ஓடி மறைஞ்சுட்ட."

"பெரிய துப்பறியவரு. -கப்சா அளக் கிறியே."

"கப்சாவா! சொல்லச் சொல்ல கப்சாவா நிஜமான்னு நிச்சயமா உனக்குத் தெரியப் போகுது!"

"சொல்லுடா சொல்லு."

"டா" போட்டதற்கு பல்லைக் கடித்தான் பிரதாப் மேலே தொடர்ந்தான். "அதிலே எனக்கு விருப்பமே கிடையாது! ஆனா 'நடந்த உண்மையைச் சொல்றதிலே உனக்கு என்ன தயக்கம்'னு என்னை நச்சரிச்சு சொல்ல வச்சே! சபாபதி என்கிற நிர பராதியை சிறைக்குத் தள்ளினே! இப்போ இங்கே வந்தேனே! உன் குட்டைக் கண்டு பிடிக்கத்தான்! சபாபதியோட யூனிபாரம் இங்கே இருக்கு! ரத்தக் கறையோடு அது போதும். டேய்! டேய்! துப்பாக்கியை நீட் டாதே! ஏற்கெனவே உன் செய்தி போலீ சுக்குப் போயாச்சு! என்னைக் கொன்னா உனக்குப் பலன் கிடையாது!"

ரங்காவின் முகத்தில் ஒரு கபடமான சிரிப்பு சூரியக் கதிர் போல பிரிந்திருந்தது.

துப்பாக்கியை நீட்டியவாறு நெருங்கி னான்.

உண்மையில் பிரசாத்துக்கு ஒரு கணம் படபடத்தது.

அந்த விநாடிகள் தனது கடைசி நேரம் என்று நினைத்தான்.

"இந்தா, ரங்கா நிறுத்து! நீ தப்ப முடி யாது!"

"நான் தப்ப வேண்டாம்! நீயும் தப்பக் கூடாது"

இன்னும் பயங்கரமாக நெருங்கினான். ஒரே சுடலில் கொன்று விட விருப்பம். துப் பாக்கிக் குழல் அவனை வெறுப்புடன் நோக் கியது.

"ரங்கா! நிறுத்து..."

அவன் அந்த வார்த்தைகளைச் சொல்லு முன், ரங்காவின் கைத் துப்பாக்கி மீது ஏதோ பலமாக விழுந்தது. பிரசாத் தன் கண்களை நம்ப முடியவில்லை. துப்பாக்கி கீழே விழுந்து தரையில் சறுக்கிக் கொண்டே அடுத்த அறைக்குள் ஓடியது!

ரங்காவும் ஆத்திரத்தோடு திரும்ப, பெரிய கழியோடு நின்று கொண்டிருந்த மகா ரங்கா வின் தலையில் ஒரு 'வீச்' வேகத்துடன் இரண்டாவது தாக்குத் தாக்கினான்.

ரங்கா குடை ராட்டினமாகச் சுழன்று கீழே விழ, பிரதாப் கீழே அவனை அழுத்தி அவன் மீது உட்கார்ந்து கொண்டான்! "கயிறு கயிறு" என்று மகாவை நோக்கிக் கத் தினான்.

"இதோ வரேன் இதோ வரேன்!" என்று சொல்லிக் கொண்டே மகா விரைந்தான்.

"சரி, மிஸ்டர் பிரதாப். அஞ்சு பழைய கால விக்கிரகங்களும், ரங்கா கையிலே வந்துட்டுது. பணயக் கைதியாக இருந்த பையனையும் ரங்கா விடுதலை செஞ்சுட்



அறிவு கெட்ட நானே!

நான் ஒருமுறை காலை நேர அவதியில் சமைத்துக் கொண்டிருக்கும்போது, எனது மகன் படிக்காமல் ஏதோ ஒரு விஷயத்திற்காக என்னை தொணதொணவென்று அரித்துக் கொண்டிருந்தான். நான் எரிச்சல் தாங்காமல், அவனை அறிவு கெட்ட நாயே! என்று திட்ட வாயெடுத்தேன். அவசரத்தில் வாய் குளறி "அறிவு கெட்ட நானே!" என்று கூறிவிட, வீட்டில் இருந்த அனைவரும் ஒரு நிமிடம் மௌனமாகி பின்னர் சிரிப்பில் மூழ்க, நானும் திகைத்து அவர்களுடன் சேர்ந்து சிரிக்க, டென்ஷன் ஒரு வழியாகக் குறைந்தது.

– உமையாள்

கர்நாடகத்தில் மேற்குத் தொடர்ச்சி மலையில் உள்ள குடகுநாடு அழகு கொஞ்சும் மலைப்பிரதேசம். இந்த மலைக்கும் உயர்தர காஃபிப்பயிருக்கும் உள்ள தொடர்பு தொன்மையானது, வளமையானது, என்றும் பசுமையானது.

குடகு தரும் 100% கலப்படமற்ற ஃபில்டர் காஃபியை ஒரு முறை பருகியவர்கள் வேறு எதையும் அருந்த மாட்டார்கள். கூர்க் காஃபியில் அடங்கியுள்ளவையே இதன் தனித்தன்மைக்குக் காரணம். தூய மலைக்காற்றும், கறுத்த நிறமுள்ள செழிப்பான மண்ணும், பொழியும் மழையும், சூரிய கிரணங்களை இதமாகப் பாய்ச்சும் மரங்கள் அடர்ந்த மலைப்பிரதேசமும் சேர்ந்து, காஃபிக் கொட்டைகளை மெல்ல, பதமாக முற்ற வைக்கின்றன.

குடகில் காஃபி வளர்ப்பது ஒரு கலை. குடகு நாட்டவர் பரம்பரை பரம்பரையாகப் படித்து கை தேர்ந்துள்ள அருமையான கலை. இந்த கலையில் விளைவது நறுமணமும் நற்சுவையும் நிறைந்த ஓர் அற்புத காஃபி : சிக்கரி சேர்க்கத் தேவையில்லாத காஃபி. இந்த ஃபில்டர் காஃபியை உங்களுக்கு கன்ஸாலிடேட்டட் காஃபி நிறுவனத்துடன் சேர்ந்து தருவது டாடா நிறுவனம்.

குடகின் மரபைப் பின்பற்றித் தயாரிக்கப்படும் " கூர்க் " இந்தியாவின் மிகத் தூய்மையான, கலப்படமற்ற ஃபில்டர் காஃபி. துளியும் சிக்கரி சேர்க்காத 100% காஃபி.

டாடா நிறுவனமும் கன்ஸாலிடேட்டட் காஃபி லிமிடெட்-டும் குடகின் மிகப்பெரிய காஃபித் தோட்டங்களின் உடைமையாளர்களாக இருப்பதால் " கூர்க் " ஃபில்டர் காஃபி 100% சிக்கரி இல்லாமல் வருவது மட்டுமல்ல, மற்ற எந்த காஃபியையும் விட இன்னும் பசுமை மாறாது உங்களுக்கு டாடாவின் தோட்டங்களிலிருந்து வருகிறது.

NO CHICORY

100% கலப்படமற்ற " கூர்க் " ஃபில்டர் காஃபியை ருசித்துப் பருகுங்கள் : ஆனந்தத்துடன் அனுபவியுங்கள். இதில் அடங்கியுள்ளவை இப்போது உங்களுக்குத் தெரியுமே - எனவே இனி உங்களுக்கு புரியும் : எதனால் இது இத்தனை அருமையாக இருக்கிறது. எதனால் இதன் மணமும் சுவையும் இத்தனை சிறப்பாக இருக்கிறது. எதனால் இது ஆத்ம திருப்தியை அளிக்கிறது என்பது.

அடங்கியுள்ளவை :

மலைக்காற்று,

செழுமையான

நிலம்,

மழை,

கூர்க்

இவற்றுடன்

டாடா நிறுவனம்.



TATA's



பெருமிதத்துடன்
வளர்த்த காஃபி.





வாழ்க்கை ஆரம்பமாகிறது 58ல்



... நீங்கள் இப்போது அதற்கு திட்டமிட்டால்!

அறிமுகப்படுத்துகிறோம் யூடிஐ-ன் ரிடையர்மெண்ட் பெனிஃபிட் பிளான். உங்கள் பணி ஓய்வை எதிர்நோக்க மற்றும் அதன் பல்வேறு மகிழ்ச்சியைப் பெற உதவும் முதலீடு அடிப்படையிலான முதல் பணி ஓய்வுத் திட்டம். நீங்கள் செலுத்தும் தொகை பிரிவு 88-ன் கீழ் வரிச்சலுகையைப் பெறும்.

யூடிஐ-ன் ரிடையர்மெண்ட் பெனிஃபிட் பிளானில் முதலீடு செய்யுங்கள்.
வேறெந்த முதலீடும் இதைவிடச் சிறந்தது அல்ல.

சி ற ப் ப ம் ச ங் க ள்

- 18-52 வயது வரை உள்ள தனிநபர்கள் இதில் சேரலாம்.
- மொத்த குறைந்தபட்ச தொகையான ரூ. 10,000த்தை குறைந்தபட்ச தவணையான ரூ.500 (மற்றும் அதன் மடங்குகளில்) என்றவாறு 20 வருடாந்தர தவணைகளுக்கு மேற்படாமல் 52 வயது வரை செலுத்த வேண்டும். மொத்த தொகைக்கு உச்சவரம்பு கிடையாது. 52 வயது வரையிலும் ரூ. 10,000 பணம் செலுத்தத் தவறினால் 15% தள்ளுபடியில் மறு கொள்முதல் செய்ய வேண்டும்.
- முகப்பு மதிப்பு ரூ. 10 முதல் மாதத்தில் விற்பனை சம விலையில் மற்றும் அதற்குப்பின் என்ஏவி அடிப்படையிலான விற்பனை விலையில் (மூன்று தசம பாயிண்டுகள் வரையிலான யூனிட்களின் அல்லாட்மெண்ட்.)
- வருமான வரிச்சட்டம் 1961 பிரிவு 88-ன் கீழ் செலுத்தப்படும் மொத்தத் தொகையான ரூ.60,000 த்திற்கு உட்பட்ட தொகைக்கு வரிச்சலுகை உண்டு.
- 58 வயதிலிருந்து மாதாந்தர வருவாய்.
- 70 வயதிற்குப் பிறகு என்ஏவி அடிப்படையிலான மறு கொள்முதல் விலையில் பணம் திரும்பப் பெறும் வசதி. முடிவுறும் காலத்திற்கு முன்பே பணம் திரும்பப் பெறவேண்டுமானால், மறு கொள்முதல் தொகையில் 10% தள்ளுபடி.

முதல் முதலீடு அடிப்படையிலான பணி ஓய்வுத் திட்டம்.



யூனிட் டிரஸ்ட் ஆஃப் இந்தியா
உங்களுடைய மேலான எதிர்காலத்திற்கு

RETIREMENT BENEFIT PLAN
பணி ஓய்வின் மகிழ்ச்சியைக் கண்டுணருங்கள்

[illegible]

மண்டல அலுவலகம்: 29, இராஜாஜி சாலை, சென்னை 600 001. போன்: 517101.
கிளை அலுவலகங்கள்: • கோயம்புத்தூர். போன்: 214973 • சென்னை. போன்: 517101, 517190 • மதுரை. போன்: 38186 • திருச்சி. போன்: 27060.

UTI- 159/94

சோப்பிற்கு முகம் போட்டுக் கழுவு!



இன்னொரு முறை எனது கணவர், எனது மகளை மாலை நேரம் விளையாடி விட்டு வந்ததால், முகம் கழுவிக் கொண்டு வரக் கூறினார். வாய் குளறிவிட அவசரத்தில், "ஆர்த்தி! சோப்பிற்கு நன்றாக முகம் போட்டுக் கழுவிவா!" என்று சீரியஸாகக் கூறி அனைவரையும் சிரிப்பில் ஆழ்த்தினார்.

— உமையாள்

டாரு. அப்புறம் அந்த விக்கிரகங்கள் என்ன ஆச்சு?"

போலீஸ் இன்ஸ்பெக்டர் மேஜை முன்னே பிரதாப் அமர்ந்திருந்தான். அவன் முகத்தில் பெரிய களைப்பு தெரிந்தது. ஸ்டேஷன் மணி 11.10 காட்டியது.

பிரதாப் தொடர்ந்தான்.

"அந்த அஞ்சு விக்கிரகங்களையும் ரங்கா அதே பெட்டி உள்ளே கோணிப்பை வைக் கோல் எல்லாம் போட்டு பாக் செய்து என்னையே கொண்டு பெங்களூருக்கு விமானம் மூலம் புக் பண்ணச் சொன்னார். உங்களுக்கு ஏற்கனவே சொல்லிட்டேன். லெண்டிங் லைப்ரரியிலே எடுத்த ஒரு புத்தகம் மூலம் நான் என் கம்பெனி உரிமையாளர் ரங்கா தப்புக் காரியங்கள் பண்றாருன்னு கண்டு பிடிச்சுட்டேன். அதே நேரத்திலேஅந்தப் பணயப் பையனோட தகப்பனார் தான் திருமலை என்கிறவர்னு அப்போதுதான் கண்டு பிடிச்சேன்.

திருமலை தமக்குத் தெரிந்த ஒரு கிராமத் தின் குடும்பத்திலிருந்து அந்தப் பழம் விக்கிர கங்களை வாங்கி, அவற்றைப் பாதுகாக்க நினைத்தார். பழம் பொருள்களில் பெரிய ஆர்வம் ஆதலால் நிறைய பழம் பொருள் களைச் சேர்த்திருந்தார். கோடீசுவரர். டில்லி யில் ஒரு தனியார் மியூசியமே வைத்திருந் தார். சந்ததி இல்லாதவர்! பிரசித்தி பெற்ற "சாலர் ஜங்" போல தம் பெயரும் நிலைத்து நிற்க வேண்டும் என்ற ஆசை!

நானும் அவரும் அவர் மகன் விடுதலை ஆனதிலிருந்து ரகசியத் தொடர்பில் இருந் தோம்.

இந்தச் சிலைகள் பெங்களூருக்கு ஏன் போகிறது என்பது எங்கள் கவலை.

நான் வேலை பார்த்த கம்பெனிக்கு பெங் களூரிலும் ஹைதராபாத்திலும் கிளைகள் உண்டு. அவை ரங்காவால் ஏற்படுத்தப்பட் டவை. தங்கள் கம்பெனி பெரிது என்று காட்டிக் கொள்ளவே இந்தக் கிளைகள்.

இந்தப் பணயச் சம்பவம் நடந்ததிலிருந்து நான் ரங்காவை ரொம்ப எச்சரிக்கையாகக் கவனித்துக் கொண்டிருந்தேன். அவனது டெலிபோன் பேச்சுகளை எல்லாம் கேட்டுக் கொண்டிருந்தேன்.

அதன் மூலம் பெங்களூருக்குப் போக பெட்டி அங்குள்ள கிளைக்கு எடுத்துச் செல்லப்பட்டிருக்கிறது என்பதை அறிந் தேன்.

ரங்கா வேண்டுமென்றே செய்த ஒரு தந்திரம். பின்னால் ஏதாவது விசாரணைகள் வந்தாலும் பெட்டி போன வழிகளைக் கண்டு பிடிக்கக்கூடாது என்று செய்த தந்திரம்.

சீக்கிரம் அந்தப் பெட்டி திரும்ப விமா னம் மூலம் புக் செய்யப்பட்டு மதுரைக்கு எடுத்துப் போகப்படும் என்பதை அறிந்தேன்.

அதை நான் திருமலையிடம் தெரிவித் தேன். இருவரும் யோசனைகள் செய்தோம். என்னை லீவு போட வைத்து பெங்களூருக்கு அழைத்துப் போனார்.

அங்கே தான் ஏர்போர்ட்டில் நான் ப்ரிய காயத்ரியைச் சந்திக்க நேர்ந்தது. எனக்கு ஐந்தாறு வருடங்களாகப் பரிச்சியம் உண்டு. என்னை விட இருபது வயது மூத்தவர். அரு மையாகக் கவிதை எழுதுவார். ப்ரிய காயத்ரி என்று புனைப் பெயரில் எழுதுவார். கவி அரங்கங்களில் கலந்து கொள்வார். ஏதோ ஒரு இலக்கிய ரசிகர் கூட்டத்தில் சந்தித் திருக்கிறோம். என்னை இலக்கியத்தில் தன் பேச்சுக்களால் தூண்டி விட்டவர் அவர்!

அவர் அங்கே ஏர்லைனில் இருந்தார்! அவரை நான் இப்போது சந்தித்ததும் எனக் குள்ள பிரச்சனையைத் தெரிவித்தேன்!

கலைகளிலும் ஈடுபாடு உள்ள அவருக்கு நம் நாட்டுப் பொக்கிஷங்கள் அயல் நாட் டுக்கு போய்விடக்கூடாது என்று ஆதங்கம். வெறி கூட என்று சொல்ல வேண்டும்.

அவர் எங்களுக்கு உதவுவதாகக் கூறி னார்! குறிப்பிட்ட நாட்களில் பெங்களூரி லிருந்து மதுரைக்கு மூர்த்தி என்பவர் பெயரில் டிக்கெட் புக் ஆகியது. ஹைதரா பாத் கிளையில் வேலை பார்ப்பவர் அவர்!

அவரோடு அந்தப் பெட்டியும் மதுரை

போகும் என்பதை ஊகிக்க முடிந்தது.

உடனே ப்ரிய காயத்ரி ஒரு ஏற்பாடு செய்தார். அதே தினம் பம்பாய் செல்லும் விமானத்தில் திருமலைக்கு புக் செய்யச் சொன்னார். செய்தோம்!

அந்த இரு பயணங்களும் ஒரு வாரம் தள்ளி இருந்தது. அவ்வளவு நாள் வீவில் இருக்க முடியாததால் நான் சென்னை திரும்பிவிட்டேன்.

திருமலை பெங்களூரில் தங்கி எனக்குத் தினமும் விவரங்களை போன் செய்து கொண்டிருந்தார்.

குறிப்பிட்ட தினம் வந்தது. அன்று தான் ப்ரிய காயத்ரி தன் சாமர்த்திய வேலைகளைக் காட்டினார்!

மூர்த்தி என்பவர் பெட்டியை புக் செய்து டிபார்ச்சர் ஹாலில் போன பிறகு, அவர் எடுத்துச் சென்ற பெட்டி மற்ற பிரயாணிகள் பெட்டிகளுடன் கலந்து, கட்டிட முகப்புக்கு வந்தது.

மூர்த்தியின் பெட்டியில் இருந்த லேபிளை எடுத்து பம்பாய் லேபினாக மாற்றினார் ப்ரிய காயத்ரி.

இதே நேரம் திருமலையும் உள்ளே பம்பாய் விமானம் ஏறுவதற்காகப் போய் விட்டார்.

"ரொம்ப தைரியமாச் செய்திருக்காரே, அந்தப் பெரியவர்" என்றார் இன்ஸ்பெக்டர்.

"ஆமாம் ஸார். ரொம்ப நுணுக்க விவரங்கள் வேண்டாம்! திருமலை அந்த விக்கிரகப் பெட்டியோடு பம்பாயில் இறங்கிப் போய் விட்டார். மூர்த்தி ஏறிய விமானம் விபத்தில் விழுந்து சுக்கு நூறாகியது."

"மதுரைக்கு ஏன் அந்தப் பெட்டியை அனுப்ப விரும்பினான் ரங்கா?" என்று கேட்டார் இன்ஸ்பெக்டர்.

"அங்கிருந்து கடற்கரைக்குப் போய், படகிலே கடத்தப்படுவதாகத் திட்டம்! அது முறிந்து போயிற்று" என்றார் பிரசாத்.

பிரசாத் தொடர்ந்தான்

"சபாபதி என்கிறவர் விஷயத்தில் என் மனம் உறுத்திக்கிட்டே இருந்தது ஸார்! என் சாட்சி அவனை ஜெயிலுக்குப் போக வைத்தது. நான் என்னமோ தவறு செய்து விட்டேனென்று என் மனம் சொல்லிக்கிட்டே இருந்தது. இந்தச் சபாபதி விஷயம் இந்த ரங்கா மூலம் எப்பவாவது தெரிய வரும் என்று நினைத்து நான் ரங்கா கம்பெனியிலேயே வேலையிலே தள்ளிவிட்டே வந்தேன் ஸார்.

இங்கே இன்னொரு விஷயமும் சொல்றேன் ஸார். சபாபதி குடும்பத்துக்கு அப்பப்போ உதவி செய்துக்கிட்டே இருந்தேன். வெளியிலே யாருக்கும் தெரியாது. சபாபதி மனைவிக்கும் தெரியாது அது."

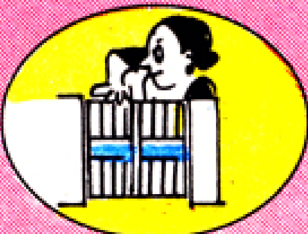
"ஓ! மிஸ்டர் பிரசாத் நீங்க உயர்ந்த மனிதர்" என்றார் இன்ஸ்பெக்டர்.

"மகா உங்களுக்கு ரொம்ப நன்றி. பெட்டியை பம்பாய்க்கு அனுப்பிய பிறகு ப்ரிய காயத்ரி உடனே ஒரு லெட்டர் எழுதி ஏர்போர்ட் ஸார்டிங்கிலேயே போட்டிருக்கிறார். அந்த லெட்டர் அதே விமானத்தில் பிரயாணித்து, விபத்திலே சிக்கி, எட்டு வருஷம் கழிச்சு என் மனைவிக்குக் கிடைச்சிருக்கு. நல்ல வேளை என் மனைவிக்கு நீங்க ஒரு நல்ல ஜூனியரா கிடைச்சிருக்கீங்க. நீங்களும் உங்க லைப்ரரி சிநேகிதி அந்த காயத்ரி என்கிறவரும் துப்பறிஞ்சு என் வேலையை சுலபமாக்கினீங்க. இல்லாட்டி சபாபதியை நான் விடுதலை செய்ய கோர்ட்டுக்கு மனு அனுப்பியிருக்க முடியாது. கோர்ட் அந்தக் கேசை மறுபடி பரிசீலனை பண்ணச் சொல்லியிராது. சபாபதி விடுதலை ஆயிடுவார். எல்லாமே உங்களாலே தான்" என்றான் பிரசாத்.

"ஸார் இது பெரிய விஷயம் இல்லை. எங்களுக்கும் இதைக் கண்டு பிடிக்கணும் என்கிற சுவாரஸ்யம் வந்துடுத்து" என்றாள் மகா.

"இன்னொரு விஷயம் வசதிக் குறைவாக இருந்த நான் திடீர்னு பணக்காரன் ஆனேன். அது அந்தத் திருமலை எனக்கு அப்போ கொடுத்த அஞ்சு லட்சம் நன்றித் தொகை தான் காரணம். இப்ப உங்க சந்தேகம் எல்லாமே தெளிவு ஆயிருக்கும் என்று நினைக்கிறேன். என் மனைவிக்கும் தான்!" என்று கூறிய பிரசாத் வசந்தாவை அணைத்துக் கொண்டான். நிறைய புன்னகைகள் அங்கே தோன்றி விரிந்தன.

(முற்றும்)



வீட்டின் வெளிகேட்டில் தாழ் திறக்கும் போது [மேல் புறம் திறக்கும் மாடல்] படார், படார் என்ற சத்தம் காதைப் பிளக்கும். இதற்கு தாழ் வந்து விழும் இடத்தில் பழைய சைக்கிள் ட்யூப்பை கத்தரித்து சுற்றி வைத்தால் சத்தம் வருவதைத் தவிர்க்கலாம். தாழ்பாளும் வீணாகாது.

– கெ.கன்னியாகுமரி

அழகு
எழில் மிகு
தோற்றத்துடன்
இழை

பாரதி

ஜெம்ஸ் & ஜுவல்ஸ்

வரம்தரும்
பொன்நகைகளை
அணிந்து
மகிழுங்கள்.....

வட்டித்தொகையை பின்தேதியிட்ட
காசோலைகள் முன்னதாகவே
வழங்கப்படும்

* டெபாசிட் (வைப்புத் தொகை) செலுத்து பவர்களுக்கு தங்க நகை களில் 2% சிறப்பு தள்ளுபடி

உங்கள் நிரந்தர
வைப்புத் தொகைக்கு

30%

வட்டி
வழங்கப்படும்

இலவசம்
ரூபாய் 10,000/-
வைப்புத் தொகைக்கு
1 கிராம் எடையுள்ள
தங்க நாணயம்



பாரதி ஜெம்ஸ் & ஜுவல்ஸ்
F-7, முதல் மாடி, ஸ்பென்சர் பிளாசா,
769, மவுண்ட் ரோடு,
சென்னை-600 002. போன் : 8524280
பேக்ஸ் : 91-44-8521782

* முதல் முறையாக தவணை முறைத்திட்டத்தில் தங்க நகைகள் வாங்க ஓர் அரிய வாய்ப்பு

உங்களுக்காக தி.நகரில் ஓர் தங்க சாம்ராஜ்யம் உருவாகிறது.

Komala Ads



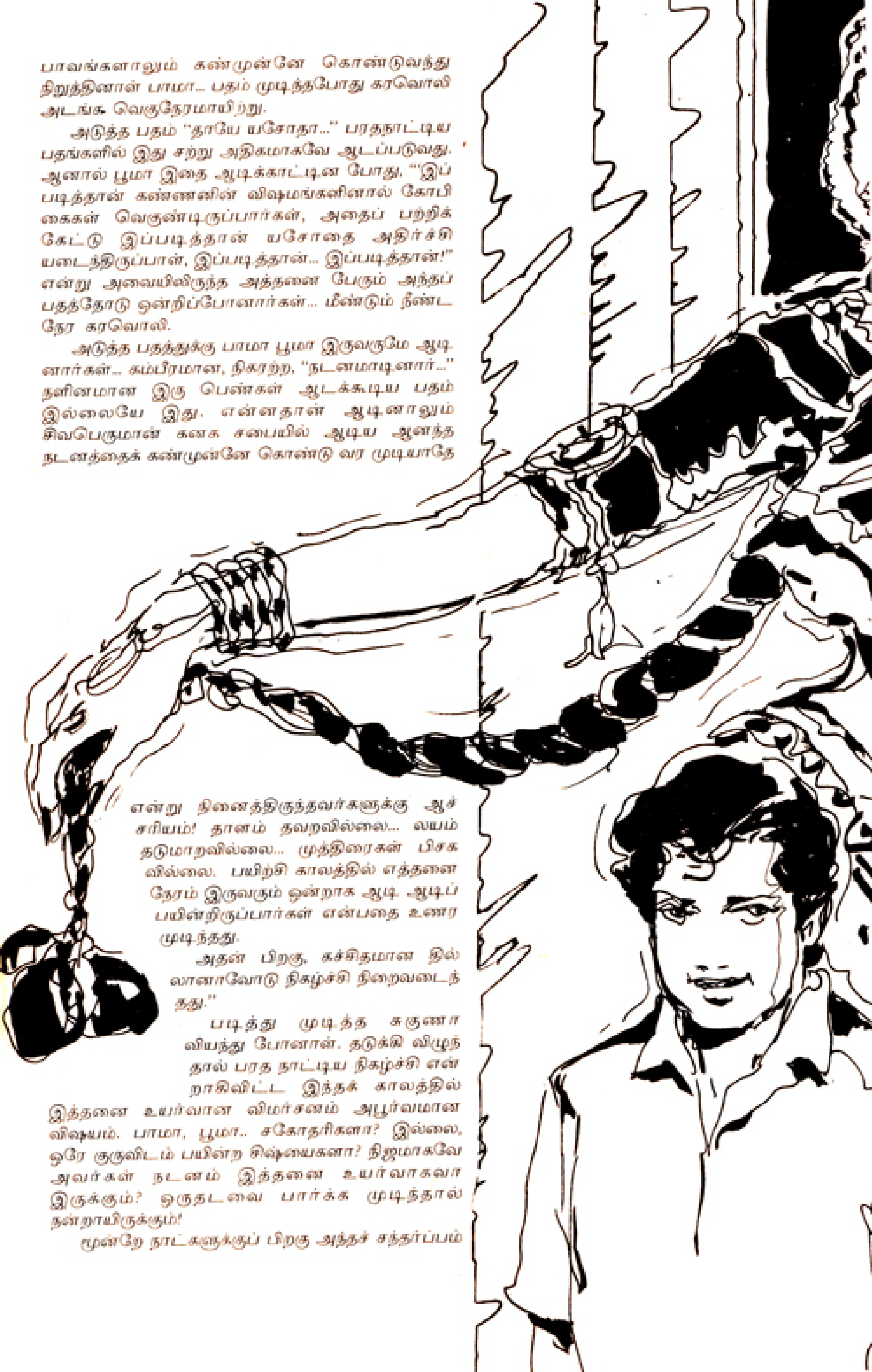
நடனம் என்ற மொழி

- ருக்மிணி பார்த்தசாரதி

நடன விமர்சனமும் சங்கீத விமர்சனமும் சுகுணா விரும்பிப் படிக்கும் விஷயங்கள். அவள் பரத நாட்டியம் பயின்றிருந்தாள். கர்நாடக இசையும் கற்றிருந்தாள்... அதனால், ஒருவித லயிப் போடு, இவ்விரு கலைகளையும் ஆழ்ந்து அறிந்த ஒருத்தியின் ஈடுபாடோடு, விமர்சனக் கட்டுரைகளைப் படிப்பாள். சற்று கூடுதலான ஈடுபாடு பரத நாட்டிய விமர்சனத்தில் இருக்கும். அக்கலையில் தான் ஒரு எக்ஸ்பர்ட் என்பது சுகுணாவின் அபிப்பிராயம்.

அன்றைய தினசரியில் பாமா-பூமா ஜோடியின் பரதநாட்டிய நிகழ்ச்சி விமர்சிக்கப்பட்டிருந்ததைக் கண்டு கட்டுரையை ஆவலோடு படிக்க ஆரம்பித்தாள் சுகுணா... பிரபல சபா ஒன்றில் சென்ற வாரம் நடைபெற்ற இரண்டு மணி நேர நிகழ்ச்சி... விமர்சித்தவர் ஓஹோ என்று புகழ்ந்து தள்ளிவிட்டார். "முதல் நிகழ்ச்சியாக வந்த அலாரிப்பே பார்ப்பவர்களைக் கட்டிப் போட்டு விட்டது. பாமா பூமா இருவருக்குமே நாட்டியத்துக்கு அவசியமான அழகிய தோற்றம் அமைந்திருக்கிறது. இருவரும் நல்ல நிறம், ஏறக்குறைய ஒரே உயரம், உடல் வாகு... பாமாவுக்கு நீளமுகம், சுருள் முடி... பூமாவுக்கோ வட்ட முகம், நேர் முடி.... பாமா பச்சைப் புடவை, சிகப்பு ரவிக்கையும், பூமா நீலப்புடவை மஞ்சள் ரவிக் கையும் அணிந்திருந்தனர். ஆனால் அவர்கள் இணைந்து தாளம் தவறாமல் ஆடின போது அரங்கமே பச்சையும் சிகப் பும் நீலமும் மஞ்சளுமாக வண்ணக் கோலம் பூத் தாற்போல் அழகு பெற்றுவிட்டது. ஜதீஸ் வரம் தனியே பாமா வும், வர்ணம் தனியே பூமாவும் ஆடினார் கள். யாரைவிட யார் நேர்த்தியாக ஆடி னார்கள் என்று நிர்ணயிக்க முடியாத, அற்புதமான நடனம்... நளினம், நுட்பம், தாள நயம், பாவ நயம் எல்லாமே இணைந்திருந்தன.

அதன் பிறகு, பதி னைந்து நிமிட இடைவேளை.. திரை விலகியபோது பாமா நின்றிருந் தாள்... முதல் பதம் "தெருவில் வாரானோ!" நாயகி ஏங்குகிறாள்– "தெருவில் வாரானோ, என்னைச் சற்றுத் திரும்பிப் பாரானோ?" விரகதாபம் முற்றி, "போது போகுதில்லையே, எனக்கொரு தூது செல்வாரில்லையே!" என்று துடிக்கிறாள்.. கடைசியில் அவளுடைய தலைவன் "தேவாதி தேவன் சிதம்பர நாதன்!" என்ற வரிகளின் ஒலம் வெறும் காதல் ரசமாக இருந்ததை பக்தி ரசமாக உயர்த்திவிடுகிறாள்.. ஒவ்வொரு நிலை யையும் புரிந்துகொண்டு நடன முத்திரைகளாலும் முக



பாவங்களாலும் கண்முன்னே கொண்டுவந்து நிறுத்தினாள் பாமா... பதம் முடிந்தபோது கரவொலி அடங்க வெகுநேரமாயிற்று.

அடுத்த பதம் "தாயே யசோதா..." பரதநாட்டிய பதங்களில் இது சற்று அதிகமாகவே ஆடப்படுவது. ஆனால் பூமா இதை ஆடிக்காட்டின போது, "'இப்படித்தான் கண்ணனின் விஷமங்களினால் கோபி கைகள் வெகுண்டிருப்பார்கள், அதைப் பற்றிக் கேட்டு இப்படித்தான் யசோதை அதிர்ச்சி யடைந்திருப்பாள், இப்படித்தான்... இப்படித்தான்!" என்று அவையிலிருந்த அத்தனை பேரும் அந்தப் பதத்தோடு ஒன்றிப்போனார்கள்... மீண்டும் நீண்ட நேர கரவொலி.

அடுத்த பதத்துக்கு பாமா பூமா இருவருமே ஆடினார்கள்... கம்பீரமான, நிகரற்ற, "நடனமாடினார்..." தனிமையான இரு பெண்கள் ஆடக்கூடிய பதம் இல்லையே இது. என்னதான் ஆடினாலும் சிவபெருமான் கனக சபையில் ஆடிய ஆனந்த நடனத்தைக் கண்முன்னே கொண்டு வர முடியாதே என்று நினைத்திருந்தவர்களுக்கு ஆச்சரியம்! தானம் தவறவில்லை... லயம் தடுமாறவில்லை... முத்திரைகள் பிசகவில்லை. பயிற்சி காலத்தில் எத்தனை நேரம் இருவரும் ஒன்றாக ஆடி ஆடிப் பயின்றிருப்பார்கள் என்பதை உணர முடிந்தது.

அதன் பிறகு, கச்சிதமான தில்லானாவோடு நிகழ்ச்சி நிறைவடைந்தது."

படித்து முடித்த சுகுணா வியந்து போனான். தடுக்கி விழுந்தால் பரத நாட்டிய நிகழ்ச்சி என்றாகிவிட்ட இந்தக் காலத்தில் இத்தனை உயர்வான விமர்சனம் அபூர்வமான விஷயம். பாமா, பூமா.. சகோதரிகளா? இல்லை, ஒரே குருவிடம் பயின்ற சிஷ்யைகளா? நிஜமாகவே அவர்கள் நடனம் இத்தனை உயர்வாகவா இருக்கும்? ஒருதடவை பார்க்க முடிந்தால் நன்றாயிருக்கும்!

மூன்றே நாட்களுக்குப் பிறகு அந்தச் சந்தர்ப்பம்





சாதம், பருப்பு இவைகளை குக்கரில் வேக வைக்கும்போது அதன்மேல் தட்டிலோ அல்லது ஒரு கிண்ணத்திலோ, பொடியாக நறுக்கின பாகற்காய், சிறிது சீரகம், மிளகுத்தூள், உப்பு இவைகளை போட்டு வேண்டிய அளவு தண்ணீர் விட்டு வேக வைக்கவும். பிறகு இந்த பாகற்காய் சூப்பை எடுத்து பருகிப் பாருங்கள். பாகற்காய் கசக்கும் என்று ஓடினவர்கள் "அப்படியே குடிக்கலாம்" என்று விரும்பிப் பருகுவார்கள். இந்த சூப்பை காலையில் வெறும் வயிற்றில் குடித்தால் சர்க்கரை வியாதிக்கு மிகவும் சிறந்தது. குழந்தைகளுக்கு மாதத்தில் இருமுறை அரை டம்ளர் பாகற்காய் சூப்பைக் கொடுத்தால் வயிற்றில் பூச்சிகள் சேராது.

-பப்புலு

வாய்த்தது. தொலைக் காட்சியில் அன்றைய "நடன அங்கத்தில் ஒளிபரப்பாகப் போவது பாமா-பூமாவின் பரதநாட்டியம்! சரியாக ஆறரை மணிக்கு!"

ஆறு பதினைந்துக்கே டீ.வி. பெட்டிக் குமுன் அமர்ந்தாள் சுகுணா. வாசல் மணி ஒலித்தது... "யாராயிருக்கும் இந்த வேளையில்?" என்று மனத்துக்குள் அலுத்துக் கொண்டே கதவைத் திறந்தாள். எதிர் வீட்டுப் பெண்... யார் வீட்டுக்கும் அதிகம் போகாதவள்–

"உள்ளே வாருங்கள்!" என்றாள் சுகுணா.

"இல்லை...டீ.வி.யில் ஆறரைக்கு ஒரு பரதநாட்டிய நிகழ்ச்சி இருக்கு. உங்களிடம் சொல்லத்தான் வந்தேன்"

"பாமா-பூமா தானே?"

"ஆமாம்... அற்புதமாய் ஆடுவார்கள். டோன்ட் மிஸ் இட்!"

"சகோதரிகளா?"

"இல்லை... ஒரே குருவிடம் பரதம் கற்றவர்கள். அடுத்தடுத்த வீட்டில் வசிக்கிறார்கள்... முறையே பதினாறு பதினேழு வயது!

"உங்களுக்கு அவர்களைத் தெரியுமா?"

"பர்ஸனலாகத் தெரியாது... ஆனால் என் மாமா பெண் அதே தெருவில் வசிக்கிறாள்... அதனால் இந்த விவரங்கள் சரியாய்த்தான் இருக்கும்! உங்களுக்குப் பரதநாட்டியத்தில் இன்ட்ரஸ்ட் உண்டு என்பதால் சொல்லி விட்டுப் போகலாம்னு நினைச்சேன். வரட்டுமா."

"சரி! இத்தனை அக்கறையோடு வந்து சொன்னதற்கு ரொம்ப நன்றி!"

மறுபடியும் டீ.வி. பெட்டிக்கெதிரே வந்தமர்ந்தாள் சுகுணா. பாமா– பூமா... ஒரே குருவிடம் பரதம் பயிலும் மாணவிகள். அடுத்தடுத்த வீட்டில் வசிப்பவர்கள். சுகுணா-சுமதியைப் போல்! சட்டென்று மனத்தில் சுரீரென்று வலித்தது. ஒரு பிரயாசையோடு எண்ண ஓட்டத்தைத் தடுத்து நிறுத்தி விட்டு டீ.வி. மீது கவனத்தைப் பதித்தாள் சுகுணா.

நிகழ்ச்சி ஆரம்பித்தது. பாமா வலது பக்கத்திலிருந்தும் பூமா இடது பக்கத்திலிருந்தும் அரங்கத்தில் பிரவேசித்தார்கள். ஒருத்திக்கு வெளிர் நீலப் புடவை, கருநீல ரவிக்கை... மற்றொருத்திக்கு வெளிர்ப் பச்சைப் புடவை, கரும்பச்சை ரவிக்கை... சிலையைப் போன்ற உடலமைப்பு, அழகான முகம், இருவருக்குமே... இதில் யார் பாமா, யார் பூமா?

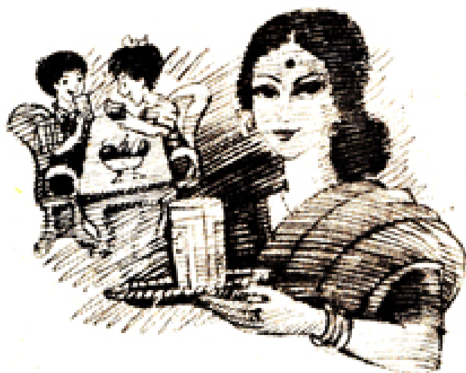
முதலில் அலாரிப்பு... கச்சிதமாக இருந்தது. ஒருத்தி அமர்ந்தும் ஒருத்தி நின்றும் ஆடிய இடங்கள் பார்க்க அழகாயிருந்தன. "ஆனால் அலாரிப்பு அப்படியொன்றும் கடினமானதில்லை!" என்று நினைத்துக் கொண்டாள் சுகுணா... அடுத்த நிகழ்ச்சி டீ.வி.திரையில் காட்டப்பட்டது. "மதுரா நகரிலோ... பதம் ஆடுபவர் பாமா!" ஓ. இது தான் பாமாவா? நீள முக, சுருள் முடியினள்... இருபது வருடங்கள் பின்நோக்கிச் சென்று விட்டால் சுகுணாவேதான்!

பாமா நன்றாக ஆடினாள்... பதத்தின் வார்த்தைகளை மட்டுமல்லாமல், அதன் பின்னணியையும் புரிந்து கொண்டவள் போல் ஆடினாள். அடுத்தது "முகத்தைக் காட்டிய... பதம் - ஆடுபவர் பூமா!" என்றது டீ.வி. திரை. இவள் பூமா... வட்ட முகம் நேர் முடியினள். இருபது வருடங்களைப் பின்னால் தள்ளிவிட்டால் – அப்படியே சுமதி!

இந்தப் பதமும் நன்றாயிருந்தது. பிறகு, தில்லானாவோடு நிகழ்ச்சி நிறைவடைந்தது.

"பரவாயில்லை, பாஸ் மார்க் கொடுக்கலாம்!" என்று நினைத்துக் கொண்டாள் சுகுணா. அரை மணிநேர டீ.வி. நிகழ்ச்சி இதைவிடச் சிறப்பாக அமைவது கஷ்டம் தான். ஆனால், இந்தப் பெண்களின் ஆட்டத்தை "பர்ஃபெக்ட்" என்று சொல்ல முடியாது... கைகள் அவ்வப்போது தொய்ந்தன. அரங்கம் முழுவதையும் வியாபித்து ஆடாமல் நடுவில் மட்டும் ஆடினார்கள். ஒரு காலில் நிற்க வேண்டிய இடங்களில் இருவருமே சற்றுத் தடுமாறினார்கள். இதெல்லாம் "மைனஸ் பாயின்ட்ஸ்" சுகுணா–சுமதிக்கு ஈடாகுமா?

உங்கள் குழந்தைகளுக்கு நீங்கள் அனைத்திலும் சிறந்ததையே அளிக்கிறீர்கள்...



... ஆனால் அது மட்டும் போதுமா ?

குடும்பத்தினர் எனும்போது, அனைத்திலும் சிறந்தவற்றையே அளிக்க விரும்புவீர்கள். அவர்களின் ஆரோக்கியத்திலும், உடல்நலனிலும் பெரும் அக்கறை எடுத்துக்கொள்வீர்கள். ஊட்டச்சத்துக்கள் நிறைந்த சுவையிக்க உணவைத் தயாரிக்க பெரும்பாடு படுவீர்கள். ஆனால் இத்தனை அன்பு அக்கறையை மீறி அன்றாட ஆரோக்கியத்திற்கு மிக அவசியமான ஒன்று உங்கள் கவனத்திலிருந்து தப்பிவிடும். அதுவே, குடிநீர்!

நோய்களில் 80%, தண்ணீரினால் பரவுகின்றன என்பதை அறிவீர்களா ?
ஒரு கோப்பையில் உள்ள நீரிலே, சீதபேதி, டைபாய்டு, காலரா, மஞ்சள்காமாலை மற்றும் வயிற்றுக் கோளாறு போன்ற நோய்களைப் பரப்பும் நோய்க் கிருமிகளும், விஷக்கிருமிகளும் இருக்கலாம். அரித்துப்போன குழாய்கள், அடைத்துக்கொண்டுள்ள வடிகால்கள், மற்றும் சுத்தம் செய்யப்படாத ஸ்டோரேஜ் டாங்குகள் வழியே இந்நோய்கள் உங்கள் வீட்டிற்குள் பரவும். இந்நிலையில் தூய்மையான, மாசற்ற குடிநீரை பெறும் நிச்சயமான வழி எது?

குடி நீரை கொதிக்க விடலாம் ஆனால் ?
கொதிநிலைக்கு வந்தபின்னர் தண்ணீரை 15-20 நிமிடங்களாவது குறைந்தபட்சம் கொதிக்க விடவேண்டும். அதன்பின் அது ஆறும்வரை காத்திருக்க வேண்டும். தண்ணீரை ஆறவிட்டு வேறு பாத்திரத்தில் ஊற்றுவதற்குள் மீண்டும் அதில் தூசும் அழுக்கும் படியலாம்.





வாட்டர் ஃபில்டர்கள் நண்பனா, எதிரியா ?
ஃபில்டர்கள், தண்ணீரில் உள்ள அழுக்குகளையும் கிருமிகளையும் வடிகட்டலாம். அதையும் மீறி நுண்ணிய விஷக்கிருமிகளும் நோய்க்கிருமிகளும் எப்படியோ தப்பிவிடும் தவிர ஃபில்டர் கேண்டில்களை சரியாக கழுவாவிட்டால் அதுவே நோய்க்கிருமிகளின் பிறப்பிடமாக மாறும்.

குழாய் அட்டாச்மெண்டுகள்-எந்த அளவு பாதுகாப்பானவை ?
நீர்வைப்புகளில் பொருத்தப்படும் அட்டாச்மெண்டுகளில் நீரைத் தூய்மைப் படுத்துவதற்காக அயோடின் ரெசின் உபயோகிக்கப்படுகிறது. ஒவ்வொரு முறை குழாயைத் திருகும்போதும் வெளியேறும் சிறிதளவு அயோடின் நாளடைவில் உங்கள் ஆரோக்கியத்தை பாதிக்கலாம். அப்படியும் இந்த அட்டாச்மெண்டுகள் ஆற்றல் மிக்கவைதானா என்பதை நிச்சயம் கூறுவதற்கில்லை.





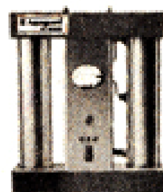
அல்ட்ரா வயலெட் ஒளி-உங்கள் நம்பிக்கை நட்சத்திரம்.
அல்ட்ரா வயலெட் முறை சூரிய ஒளியைப் போன்று செயல்படுகிறது. தண்ணீரை தூய்மைப்படுத்துவதற்கு இதுவே பாதுகாப்பான மற்றும் இயற்கையான முறை என்று கருதப்படுகிறது.

இன்று இம்முறையினால் செயல்படுகின்ற சிஸ்டம் ஒன்று கிடைக்கிறது. அதுவே **அக்வாகார்டு**. ஒரு ஸ்விட்சைத் தட்டினால் போதும். தூய்மையான குடி நீர் தயார்.

அக்வாகார்டு எளிதாகவும், ஆற்றலுடனும் செயல்படுகிறது.
- இது தண்ணீரிலிருந்து நிறம், மணம், துரு, க்ளோரின் போன்ற இரசாயன பொருட்களை அகற்றுகிறது.
- அல்ட்ரா வயலெட் முறை நீரினால் பரவும் நோய்களுக்குக் காரணமான நோய்க்கிருமிகளையும், விஷக்கிருமிகளையும் அழிக்கிறது.

அக்வாகார்டில் மட்டுமே இணையற்ற **எலெக்ட்ரானிக் கண்காணிப்பு** முறை உள்ளது. இது நீரின் தூய்மையான தரத்தை கண்காணிக்கிறது. தண்ணீரின் தூய்மையின் அளவு, முன் கூட்டியே நிர்ணயித்த தரத்திலிருந்து வழுவினால் நீரோட்டத்தை உடனே நிறுத்தி விடுகிறது.

உங்கள் குடும்பத்தினரின் ஆரோக்கியத்தை விளையாட்டாக நினைக்கலாமா? பாதுகாப்புடன் இருங்கள். அக்வாகார்டு பொருத்துங்கள்.



94/EFL/589/Tam



உங்கள் இல்லத்தில் இலவச செய்முறை விளக்கத்திற்கு எங்களுக்கு எழுதவும் அல்லது எங்களை அணுகவும்.

யூரேகா ஃபோர்ப்ஸ் லிமிடெட்

யூபெக்ஸ் குப்தா பவன், முதல்மாடி, 85, சயானி ரோடு, பிரபாதேவி, பம்பாய்-400 025. தொ. பேசி : 430 1725.

அக்வாகார்ட்

ஆன்லைன் வாட்டர் ஃபில்டர்-கம்-ப்யூரிஃபையர்

பாதுகாப்பான, தூய்மையான குடிநீர் பெறுவதற்கு

காசி பில்டர்ஸ்
வழங்கும்
பரிசு மழை

We accept
Fixed Deposits
at the rate of
24% with
3% incentives.

ஒரு சதுரடிக்கு 5% முதல் 10% வரை சிறப்பு தள்ளுபடி

"காசி குருப் ஹவுசிங் பெனிபிட் ஸ்கீம்" திட்டத்தில் 01-01-95 முதல் 10-02-95 வரை ரூ. 1,250/- முதல் ரூ. 5,000/- வரை மாதத் தவணைகளாகச் செலுத்தி குலுக்கல் மூலம் 277 சதுர அடிகள் முதல் 111 சதுரடிகள் வரையிலுள்ள வீட்டினைப் பதிவு செய்யும் உறுப்பினர்களுக்கு ரூ. 600/- முதல் ரூ. 2,500/- வரையிலான சிறப்புப் பரிசுப் பொருட்கள் வழங்கப்படும். மற்றும் "சுபமங்களா" திட்டத்தில் ரூ. 10,000- மட்டுமே செலுத்தி சொந்த வீடு பெறலாம். மீதமுள்ள தொகைக்கு நாங்களே கடனுதவி ஏற்பாடு செய்து தருகிறோம். இத் திட்டத்தில் வீடு பதிவு செய்பவர்களுக்கு ரூ. 1000/- மதிப்புள்ள கவர்ச்சிகரமான பரிசுப் பொருட்கள் வழங்கப்படும். இது தவிர மேலும் எங்களது காசி திரையரங்கில் திரையிடப்படும் "எங்கிருந்தோ வந்தான்" திரைப்படத்திற்கு மேற்கண்ட தேதிகளில் வீடு பதிவு செய்பவர்களுக்கு இலவச அனுமதி சீட்டு வழங்குவதுடன் திருப்பதி திருத்தணி நெடுஞ்சாலையில் அமைந்துள்ள எங்களது ஹோட்டல் காசி இன்டர்நேஷனலில் அனைத்து வசதிகளுடன் ஒருநாள் தங்குவதற்கும் அனுமதி அளிக்கிறோம்.

வீடு கிடைக்கும் இடங்கள் :

கே. கே. நகர் (மேற்கு), விருகம்பாக்கம், போரூர், வளசரவாக்கம், சாலிகிராமம், கில்நகர், வடபழனி ஆகிய இடங்களில் வீடுகள் கட்டித் தருகிறோம்.

வைப்பு நிதி :

இத் திட்டத்தில் முதலீடு செய்பவர்களுக்கு 21% கூட்டு வட்டியுடன் 3% ஊக்கத் தொகையும் வழங்கப்படும்.

மேலும் விவரங்களுக்கு :

காசி ஹவுசிங் & டெவலப்மென்ட் லிமிடெட்

மற்றும்

காசி பில்டர்ஸ்

காசி தியேட்டர் காம்ப்ளக்ஸ்,
91, 92 ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, அசோக் நகர், சென்னை - 600 095.
போன் : 4821969, 4822206 ஞாயிறு முழு நேரம் அலுவலகம் உண்டு.
FAX : 044-4821897

குறிப்பு: 11-02-95 முதல் ஒரு சதுரடியின் விலை ரூ. 450/-லிருந்து 500/- ஆக உயர்த்தப்படும்.

மனத்தில் மறுபடியும் சுரீரென்று வலித்தது. ஆனால் எண்ணங்களின் ஓட்டத்தை இப்போது கருணா நிறுத்த வில்லை.

இருபது வருடங்களுக்கு முன், அவள் பதினாறு வயதுப் பெண். பள்ளிப் படிப்பில் இறுதி ஆண்டு. அடுத்த வீட்டில் வசித்த சுமதி அவளைவிட ஒரு வயது பெரியவள். இருவரும் இணைபிரியாத தோழிகள். உண்பது, உறங்குவது, படிப்பதைத் தவிர மற்ற நேரமெல்லாம் ஒருவரோடொருவர் ஒன்றாகக் கழிப்பதில்தான் எத்தனை மகிழ்ச்சி! இருவரும் பரதம் பயில்வது கூடுதலான இன்பம். நான்காண்டுகள் கடுமையாகப் பயின்ற பின் இப்போது இருவருமே அரங்கேற்றத்துக்குத் தயாராகி விட்டார்கள். இவ்விரு மாணவிகளிடம் இவர்கள் குருவுக்குத் தனியான வாத்ஸல்யம் இருந்தது. கவனமாகக் கேட்டு, சரியாகக் கிரகித்து, அலுக்காமல் பயின்று, அழகாக ஆடிக்காட்டும் மாணவிகள் எந்தக் குருவுக்குமே பெருமையல்லவா! அவர் அடிக்கடிச் சொல்வார் - "பரதநாட்டியம் சாதாரண கலை இல்லை. ஆழ்ந்த ஈடுபாடோடு ஆடினால்தான் அதன் சிறப்பை எடுத்துக் காட்ட முடியும். கைகள் தொய்யக்கூடாது. தாளம் இம்மியும் தவறக் கூடாது. பாதங்கள் பூமியில் படிய ஆட வேண்டும். பற்கள் தெரியச் சிரிக்கக் கூடாது. முகத்தில் சிடுசிடுப்பு, அசடு வழிதல் இரண்டுமே கூடாது. சிவபெருமான் கனக சபையில் எப்படி ஆடினார் தெரியுமா? கம்பீரமாக, ஆனந்தமாக ஆடினார். தன்னை மறந்து அவர் ஆடியபோது பார்த்தவர்களும் மெய் மறந்தார்கள், கொண்டாடினார்கள். சிறந்த நடனத்துக்கு அதுதான் இலக்கணம் - கம்பீரம், ஆனந்தம், ஆடுபவர், பார்ப்பவர், எல்லோருமே அதில் லயித்து மகிழ்ந்து போக வேண்டும். நீங்கள் இருவரும் முழு சந்தோஷத்தோடு ஆடினால், அந்த ஆனந்தம் உங்கள் நடனத்தில் ஒன்றிப் போகும், பார்ப்பவர்களைத் தொற்றிக் கொள்ளும். அதுவே உங்கள் லட்சியமாக இருக்க வேண்டும்!"

அரங்கேற்றத்துக்கு நாள் குறித்து விட்டார்கள். பிரபல சபா ஒன்றை ஏற்பாடு செய்தாகிவிட்டது. ஒரே மாதிரி இரண்டு ஜோடி நடன உடைகள் தைக்கப்பட்டு வந்து விட்டன. நண்பர்கள், உறவினர்களை அழைத்தாகிவிட்டது. எல்லாமே தயார். கருணா சுமதி இருவருக்குமே இது முக்கியமான நாள் எல்லாமே பயின்று நடனத்தை மெருகேற்றின. இருவருமே ஆவலோடு, சற்றே படபடப்போடு அரங்கேற்ற நாளை எதிர் நோக்கி இருந்த போது - திடீரென்று கருணா வயிற்று வலியில் துடிதுடித்துப் போனாள். அவசரமாக ஆஸ்பத்திரிக்கு எடுத்துச் சென்றனர். "அபென்டிசைடிஸ் உடனே ஆபரேஷன் செய்தாக வேண்டும்!" என்றார் வைத்தியர். தன் பரத நாட்டிய அரங்கேற்றத்தைப் பற்றியே இரவு பகலாக நினைந்திருந்த பெண்ணுக்கு அவசர ஆபரேஷன் நடந்தது... நாட்டியமா? ஒரு ஆறு மாதங்களுக்குக் கிடையவே கிடையாது!

ஏமாற்றத்தைத் தாங்கிக் கொள்ள முடியாமல் அழுது புலம்பிய கருணாவைச் சுமதி தான் தேற்றினாள். "அழாதே, கருணா... அழுதால் உடம்பு எப்படித் தேறும்? ஆறு மாசம் பொறுத்துக்கோ! அப்புறம் பாரேன்! ஜாம் ஜாம்னு நம் அரங்கேற்றம் நடக்கும்!"

நாளடைவில் வெளிப்படையாக அழுவதை நிறுத்திக் கொண்டாள் கருணா. ஆனால் உள் மனம் ஓயாமல் அழுதது. தோழியிடம் தான் துயரத்தைக் கொட்டினாள்... "அக்கிரமத்தைப் பார், சுமதி! பாழாய்ப் போன வயிற்று வலி அரங்கேற்றத்துக்கு அப்புறம் வந்திருக்கக் கூடாதா? எத்தனை ஆசையாய் நாம ப்ராக்டிஸ் பண்ணினோம்! எல்லாம் வீண்! வேஸ்ட்! எனக்கு எத்தனை கோபம் வருது தெரியுமா? எத்தனை ஏமாற்றமாயிருக்கு"

"கோபமும் ஏமாற்றமும் நியாயம்தான் கருணா.... ஆனால் அதைப்பத்தியே நினைக்கிறதில் என்ன லாபம்? உன்னை நீயே குத்திக் குத்திக் காயப்படுத்திக்கறியே!

"மனசை சமாதானப் படுத்தவே முடியலியே, சுமதி.. அந்த டான்ஸ் ட்ரெஸ்ஸைப் பார்த்தால் எனக்குப் பைத்தியமே பிடிச்சுடும்

ஓய்வாக இருக்கும் நேரத்தில் துவரம் பருப்பு, தனியா, வெந்தியம், மிளகாய் வற்றல் இவற்றை வரட்டாக வறுத்து பொடி செய்து வைத்துக் கொள்ளலாம். எப்பொழுதெல்லாம் மோர் மீந்து போகிறதோ அன்று மோரில் கடுகு தாளித்து, இந்தபொடியை போட்டு லேசாக சுடவைத்து மோர் ரசம் சுலபமாக செய்யலாம். சுவையாக இருக்கும். எளிதில் வேலை முடியும். ஒரு மாறுதல் உணவாக இருக்கும். மீந்த மோரும் வீணாகாது. உடம்புக்கும் நல்லது.

-லக்ஷ்மி





வயிற்றுப் போக்கு அதிகமாக இருந்தால் ஜவ்வரிசியை குக்கரில் வேகவைத்து மோர் விட்டு, உப்பு சேர்த்துக் குடித்தால் வயிற்றுப் போக்கு உடனே நிற்கும். வயிற்று வலி இருக் காது. பிறகு தேவையா னால் மருத்துவரிடம் போகலாம். (என் பாட்டி எனக்குச் செய்து கொடுத்துப் பலன் கண்ட அனுபவமாகும்)

- லக்ஷ்மி

போல் இருக்கு. தெரியுமா?"

"இப்படி உணர்ச்சி வசப்படாதே, கருணா... ஒரு ஆறு மாசம் கூடவா உனக்குப் பொறுமையில்லை? ரொம்பதான் எமோஷ னல் நீ!"

மாதங்கள் தேயத்தேய கருணாவின் உற் சாகம் மெள்ள மெள்ள திரும்பி வந்தது. அரங்கேற்றத்தைப் பற்றித் தன் பெற்றோர் களிடம் பேசினாள். "அதுக்கென்ன அவசரம்? உன் உடம்பு இப்போதுதான் பழைய நிலைக்கு வந்திருக்கு... இன்னும் சில மாசங்கள் போகட்டும்!" என்ற பதில் அவ ளுக்குத் திருப்தியளிக்கவில்லை... அவர்களு டைய தயக்கத்துக்குத் துணை போவதாக ஒரு திருப்பம் நிகழ்ந்தது. சுமதியின் தகப்பனாரை டெல்லிக்கு மாற்றி விட்டார்கள்... ஒரே மாதத்தில் அவர் குடும்பத்தோடு கிளம்பி விட்டார்.

விடை பெற்றுக் கொள்ள சுமதி வந்த போது கருணா, "கடைசியில் உன் ஜோசியம் பலிக்கவே இல்லை சுமதி! நம் அரங்கேற்றம் வெறும் கனவாகவே போய்விட்டது பார்த் தாயா?" என்றாள், கண்களில் நிரைந்த கட்டுப்படுத்த முடியாமல்... சுமதி பதில் பேசாமல் தோழியை அணைத்துக் கொண் டாள். பின் "அடிக்கடி கடிதம் எழுது கருணா... நான் டெல்லியில் இருந்தாலும் என் மனம் உன் பக்கத்தில்தான் இருக்கும்!" என்றாள். அந்த வார்த்தைகளில் நிஜமான நட்பு இருந்தது.

நடனம் ஏற்படுத்திய வெறுமையைச் சங்கீதம் நிறைக்கும் என்று தீர்மானித்து, கருணாவின் பெற்றோர் அவளுக்குக் கர்நாடக இசையில் பயிற்சி அளித்தார்கள். இதையும் அவள் கசடறக் கற்றாள். நாளடை வில் இதில் ஓரளவு தேர்ச்சியும் பெற்றாள்.

காலம் சுழன்றது... கல்லூரிப் படிப்பு முடிந்து திருமணம் நடந்தேறியது. இரண்டு மகன்கள் பிறந்தனர். டெல்லிக்குச் சென்ற சுமதி அடிக்கடி கடிதம் எழுதினாள். தான் பார்த்த மனிதர்களைப்பற்றி, தான் சென்று வந்த நடன நிகழ்ச்சிகளைப்பற்றி... கல்லூரிப் படிப்புக்குப் பிறகு வேலையில் சேர்ந்து, காதல் வயப்பட்டு, காதலித்தவனைக் கைப் பற்றினாள். அடிக்கடி வந்து கொண்டிருந்த கடிதங்கள் காலப் போக்கில் குறைந்து, இப்போது கருணாவும் சுமதியும் புத்தாண்டு வாழ்த்துக்கள் பரிமாறிக் கொள்வதோடு நின்றது.

கருணாவின் வாழ்க்கை அமைதியாகக் கழிந்து கொண்டிருந்தது. சில மாணவிகளுக் குச் சங்கீதம் கற்றுக் கொடுத்தாள். கணவன், குழந்தைகள், சுற்றம், நட்பு என்று வாழ்க்கை கழன்றது. அமைதியும் கம்பீரமுமாகத் தோற் றமளித்த கருணாவின் மனத்தில் ஓர் ஊனம் இருந்தது என்றால் யார்தான் நம்புவார்கள்? சிறந்த இசையை அவளால் ரசிக்க முடிந்தது. முழுமனத்தோடு பாராட்ட முடிந்தது. ஆனால் எல்லா பரதநாட்டிய நிகழ்ச்சிகளி லும் அவளுக்குக் குற்றம் குறைகளே புலப்பட் டன. மிகவும் நன்றாக ஆடின எல்லாப் பெண்களிடமும் அவள் பதினாறு வயது கருணாவைக் கண்டாள். மறுகணமே- ஆபரேஷன் நடந்த சம்பவம், அரங்கேற்றம் நின்று போன ஏமாற்றம், இவை உயிர் பெற்று மனமெல்லாம் கசப்பு நிறைந்தது. ஒரு காலத் தில் உயிருக்குயிராய் இருந்த கலை இப்போது வெறுத்துப் போன பரிதாபம்தான் எத்தகை யது! இந்த நிலையில் கருணா- சுமதியின் பிரதிபிம்பம் போல் இருந்த பாமா-பூமாவின் நடனத்தில் அவள் குறை கண்டதில் வியப் பொன்றுமில்லையே!

அன்று மாலை அலுவலகத்திலிருந்து திரும்பிய அவள் கணவர் ஒரு கல்யாண அழைப்பை அவளிடம் கொடுத்தார். "என் நெருங்கிய நண்பனின் பெண்ணுக்குக் கல் யாணம். நாம் கட்டாயம் போகணும்!" என்றார்.

அழைப்பைப் படித்த கருணாவுக்கு வியப்பு... மாலை ரிஸப்ஷனில் பாமா- பூமா வின் பரதநாட்டிய நிகழ்ச்சி.

"ரிஸப்ஷனுக்குப் போகலாமா?" என்றாள்.

அவர் யோசித்துவிட்டு, "சரி... சரியாக முகூர்த்த நேரத்தில் எனக்கு முக்கியமான மீடிங் இருக்கு... ரிஸப்ஷனுக்கு இரண்டு பேருமாகப் போனால் நன்றாயிருக்கும்!"

தன் மனத்தில் என்றுமில்லாத ஓர் எதிர் பார்ப்பு நிறைவதை உணர்ந்தாள் கருணா. பாமா-பூமாவை நேரில் பார்க்க முடியும்... அற்புதமான நடனமாமே! எப்படித்தான்

இருக்கிறது என்று பார்த்து விடலாம்.

வரவேற்பு ஹாலில் கூட்டமான கூட்டம். மணப் பெண்ணின் தந்தை அவர்களை எதிர் கொண்டழைத்து, மணமக்களிடம் அழைத்துச் சென்றார். வாழ்த்துக் கூறிப் பரிசளித்து விட்டு, கொஞ்சம் சிற்றுண்டி உண்டு தேநீர் அருந்தியபிறகு, வரிசை வரிசையாகப் போடப்பட்டிருந்த ப்ளாஸ்டிக் நாற்காலிகளுக்கருகே வந்தாள் சுகுணா. எதிரே மேடை அமைக்கப்பட்டுத் திரை இறங்கியிருந்தது. முன் வரிசையில் யார் யாரோ உட்கார்ந்திருந்தார்கள்.. இரண்டாவது வரிசையின் நடுவில் ஒரு நாற்காலியில் அவள் உட்காரப் போனபோது, மென்மையான ஒரு கரம் அவள் தோள் மீது படிந்தது. "சுகுணா?.. சுகுணா தானே?"

இந்தக் குரல்... இது சுகுணா சட்டென்று திரும்பினாள். எதிரே, முறுவல் பூத்த முகத்தினளாய் – சுமதி!

"சுமதி! நீயா? நீயேதானா? எப்படி.... இங்கே... இத்தனை நாளுக்குப் பிறகு..."

சுமதி அவள் கைகளை எடுத்துத் தன் கைகளுக்குள் வைத்து மூடிக்கொண்டாள். "எனக்கும் இதே அளவு ஆச்சரியம்தான், சுகுணா... உன்னை இங்கே பார்ப்பேன்னு நினைக்கவேயில்லை... நீ எப்படி இங்கே?"

"மணமகன் என் கணவரின் நண்பரின் மகன்!"

"மணமகள் என் மச்சினர் மகள்!"

"வாழ்க மணமக்கள்!" என்று சிரித்தாள் சுகுணா.. கொஞ்ச நாள் சென்னையில் இருப்பாயா, சுமதி?"

"இல்லை... நாளைக் காலை ஆறு மணி பிளேனில் டெல்லி திரும்பணும். ஆனால் இந்த மாலைப் பொழுது நமக்குத்தான், சுகுணா. நம் இருவருக்குத்தான்!"

"ஆமாம்!"

இருவரும் அருகருகே அமர்ந்து கொண்டனர். சட்டென்று சுகுணா நினைத்தாள், இன்று ஏதோ ஓர் அற்புதம் நிகழப்போகிறது...எனக்கு ஏதோ புதையல் கிடைக்கப் போகிறது.. என் மனத்தில் இதென்ன பரவசம்? எத்தகைய ஆனந்தம் இது?

திரை அகன்றது. பாமா– பூமா இருவரும் கரம் கூப்பி நின்றிருந்தனர். ஒரே மாதிரியான ஆரஞ்சு– பச்சை உடைகள். டி.வியில் பார்த்ததைவிட நேரில் பார்த்தபோது இருவருமே இன்னும் அழகாக இருந்தார்கள்.

"என்ன அழகு இரண்டுபேரும்!" என்றாள் சுமதி.

"ஆமாம்!" என்று உற்சாகமில்லாமல் ஒப்புக் கொண்டாள் சுகுணா.

"நம் அரங்கேற்றத்துக்காகத் தைத்து வந்த ட்ரெஸ் உனக்கு நினைவிருக்கா, சுகுணா? அதுக்கும் இதுக்கும் எத்தனை வித்தியாசம் பார்!" என்றாள் சுமதி.

"கவனிச்சேன் சுமதி!" என்றாள் சுகுணா. நின்று போன அந்த அரங்கேற்றத்தைப் பற்றி எப்படி இவளால் இத்தனை சகஜமாக, இயற்கையாகப் பேச முடிகிறது என்று வியந்தாள்.

அலாரிப்பு ஆரம்பித்தபோது சுமதி பூரண லயிப்போடு நடனத்தைப் பார்த்தாள். அது முடிந்ததும் முகமெல்லாம் மகிழ்ச்சி நிறைய "ப்யூடிஃபுல்... லவ்லி... அற்புதமான டான்ஸ்" என்றாள்.

"பரவாயில்லை.." என்றாள் சுகுணா.

"பரவாயில்லையா? அற்புதமாக ஆடினார்களே! ஒருத்திக்கு ஒருத்தி சளைக்காமல் என்னமாய் ஆடினார்கள்!"

சுகுணா பதில் சொல்லவில்லை... நிகழ்ச்சி தொடர்ந்தது. சுமதி அந்த நாட்டியத்தோடு ஒன்றிப் போனாற்போல் மெய்மறந்து பார்த்துக் கொண்டிருந்தாள். அவளையே கவனித்தபோது, சட்டென்று சுகுணாவின் மனத்திலிருந்து ஒரு மேகமூட்டம் விலகி கரைந்து போயிற்று. இருபது வருடங்களுக்கு

பாலித்தீன் கவரில் கோன் செய்து முனையை வெட்டி விட்டு ஐஸிங் கலவை ஊற்றி அலங்காரம் செய்தால், பிசிறு பிசிறாகவும், சமயத்தில் சீராகவும் விழாமலும் அவஸ்தைப் படுவதைத் தவிர்க்க இதோ ஒரு வழி–

உபயோகப்படுத்திய ப்ளாஸ்டிக் சிரிஞ்சு ஒன்றை எடுத்து அதன் ரப்பர் வாஷருடன் கூடிய பின்பாகத்தைத் தனியே எடுத்து சுத்தம் செய்துவிட்டு மேல்பகுதியில் ஐஸிங் கலவை ¾ பாகத்திற்கு நிரப்பி விட்டு, பின்பகுதியை வைத்து அழுந்த மூடிவிட்டு, பின் மெதுவாக அழுத்திக் கொண்டே வந்தால், கலவை சீராக வெளிவந்து, பிசிறில்லாமல் பிரமாதமாக கேக் மீது டிசைன்கள் உருவாக்கலாம்.

2,3, சிரிஞ்சுகள் வைத்துக் கொண்டால் வெவ்வேறு கலர் ஐஸிங் கலவைகளை நிரப்பி எளிதாக பயன்படுத்தலாம். கலவை இவற்றில் ஒட்டிக் கொள்ளவும் செய்யாது.

– மாலாராமபத்ரன்





நம் வீட்டில் எப்போதும் பலகை, பல்பம் இருப்பது நல்லது. பிள்ளைகள் காலேஜ் மற்றும் உயர் வகுப்பில் இருப்பவர்கள் ஆனாலும் தங்கள் பாடத்திலுள்ள சிலமுக்கியப் பகுதிகளை திரும்பத் திரும்ப எழுதிப்பார்க்க, டெபனிஷன்ஸ் மற்றும் பார்முலாக்களை எழுதிப் பார்க்க இந்த முறை மிகவும் பயனுள்ளது. இதற்காக பக்கம் பக்கமாக காகிதத்தை வீணாக்க வேண்டாமே. இது என்னுடைய ஆசிரியர் கூறிய நான்பயன்படுத்திய முறை. நீங்களும் பயன்பெறலாமே.

லக்ஷ்மிசிவகுமார்

முன் சுகுணாவுக்கு ஆபரேஷன் நடந்தபோது, நின்றுபோனது சுகுணாவின் அரங்கேற்றம் மட்டுமல்ல, சுமதியின் அரங்கேற்றமும்தான். சுமதிதான் இன்னும் கூடுதலாக ஏமாற்ற மடைந்திருக்க வேண்டும். ஏனென்றால் நோய் வாய்ப்பட்டது சுகுணாதான், சுமதி அல்ல! ஆனால் அவள் தன்னைப்பற்றிச் சிந்திக்கவில்லை, பேசவில்லை. சுகுணாவுக்கு ஆறுதலளிப்பதை மட்டுமே தன் பணியாக நினைத்தாள்... அவள் விரும்பியிருந்தால் தனியாக அவளுடைய அரங்கேற்றம் நடந்திருக் கலாம். ஆனால் அவள் விரும்பவில்லை... "நீயும் நானும் ஒன்றாக பரதம் பயின்றோம். நீ இல்லாமல் நான் இல்லை. உனக்கு இல்லாதது எனக்கு வேண்டாம்!" என்றல்லவா சுமதி நினைத்தாள்! சுகுணா தன்னைப் பற்றியே சிந்தித்து, தான் இழந்ததையே பெரிது படுத்திய அதே சமயத்தில், அவளைவிட ஒரே வயது பெரியவளான சுமதி தன்னலமே இல்லாமல் எத்தனை உயர்ந்து விட்டாள்! இப்போது கூட சுமதியால் பாமா-பூமாவின் நடனத்தை முழுமையாக ரசிக்க முடிகிறது. ஏனென்றால் அவள் மனத்தில் எந்தக் குறையோ, வெறுமையோ, கசப்போ, வெறுப்போ இல்லை... நீசத்தனமான எந்த உணர்ச்சியுமே இல்லை.

இடைவேளைக்காகத் திரை இறங்கிய போது சுகுணா சொன்னாள். "நிஜம்தான், சுமதி... இந்தப் பெண்கள் அற்புதமாக ஆடுகிறார்கள்!

"நிச்சயமாக... ஆனால் நீயும் நானும் எத்தனை அதிர்ஷ்டசாலிகள், பார்!"

"எப்படி?"

"நாம் பரதநாட்டியத்தை ஆதியோடு அந்தமாக ஒரு நல்ல குருவிடம் கற்றதனால் தானே, சிறந்த நாட்டிய நிகழ்ச்சியை இத்தனை ஆழமாக ரசிக்க முடிகிறது? அது அதிர்ஷ்டம்தானே?"

"உண்மைதான்!"

"உனக்குத் தெரியுமா, சுகுணா? நான் டெல்லி போனபிறகு எல்லா விதமான நடனங்களையும் பார்க்க ஆரம்பிச்சேன். இந்திய நடனங்களில் ஒரு பாணியை மட்டும் அறிந்தவர்கள் மற்ற பாணிகளை ரசிக்க மாட்டார்கள்! என்று பரவலாக ஒரு அபிப்பிராயம் இருக்கு... அதனால் நான் எல்லா வித இந்திய நடனங்களையும் பார்ப்பேன். அதைப் பற்றியெல்லாம் படிப்பேன். ஆனால் போகப் போக, இந்த அபிப்பிராயம் தப்புன்னு புரிஞ்சுண்டேன். நான் கற்றது பரதம் மட்டும்தான்... ஆனால் என்னால் கதக், ஒடிஸி, மணிபுரி, குச்சிப்புடி, மோஹினி ஆட்டம், கதகளி எல்லாவற்றையுமே ரசிக்க முடிகிறது. ஏன் தெரியுமா? நடனம் என்கிறது ஒரே பாஷைதான். சின்னச் சின்ன வித்தியாசங்கள் இருந்தாலும் நிஜத்தில் எல்லா நடனமும் ஒரே மொழிதான்."

திரை விலகவே சுமதி தான் சொல்லிக் கொண்டிருந்ததை நிறுத்தினாள். பாமா பூமாவின் அபிநயங்களில் தன்னை மறந்தாள். இப்போது சுகுணாவாலும் மெய் மறந்து அபிநயத்தை ரசிக்க முடிந்தது. "எத்தகைய நடன விருந்தைப் படைக்கிறார்கள் இப்பெண்கள்!" என்று நிஜமாகவே பாராட்ட முடிந்தது.

நிகழ்ச்சி நிறைவு பெற்றது. சுமதி எழுந்தாள். தோழியின் கரங்களை அன்போடு பற்றிக் கொண்டாள்.

"வரட்டுமா, சுகுணா? இந்தச் சந்திப்பை நான் மறக்கவே மாட்டேன்!"

"மறப்பதா? நான் இதைப் பொக்கிஷமாக நினைக்கிறேன், சுமதி!"

சுமதி அவள் கன்னத்தை வாஞ்சையோடு வருடினாள். பிறகு, விடை பெற்றுக் கொண்டாள்.

அவள் செல்வதையே பார்த்துக் கொண்டிருந்தாள் சுகுணா.

"அந்தப் பெண் யார், சுகுணா? வெகு நேரம் பேசிக்கொண்டிருந்தீர்களே?" என்றார் அவள் கணவர்.

"அவள் தான் சுமதி!"

"ஓ... வருஷா வருஷம் புத்தாண்டு வாழ்த்து அனுப்புவாளே, அவள் தானே?"

"ஆமாம்... என் தோழி!" என்றாள் சுகுணா... இன்று முதல் என் ஆசான்! என்று நினைத்துக் கொண்டாள்.

வயிற்றில் வாயுத் தொந்தரவு

வாயுக் கோளாறு எல்லாருக்கும் தெரிந்த பரவலாகக் காணப்படுகிற தொந் தரவு. இதற்குப் பல காரணங் கள் உண்டு. நாம் உணவு உட்கொள் ளும் போதும், நீர் மற்றும் பல பானங்களை அருந்தும் போதும், பேசும் போதும், சிரிக்கும் போதும் நம்மை அறியாமலேயே காற்றையும் சேர்த்து விழுங்கி விடுகிறோம். இது பொதுவான காரணம். இதைத் தவிர உணவுப் பாதையில் கிருமிகளால் ஏற்படும் நொதிப்பு (Fermentation) காரணமாகவும், உணவுப் பொருட்கள் அழுகி விடுவதன் காரணமாகவும் ஜீரணப் பாதையில் வாயு உற்பத்தி யாகிறது.

நாம் சாதாரணமாக விழுங்குகிற காற்று விரைவாகவும் எளிதாகவும் குடல் மூலம் பயணம் செய்து வெளியேறி விடும். குடல்களில் நொதிப்பு காரணமாக உண்டாகும் வாயு, சற்று வலியுடன் வெளியேறு கிறது. ஒரே ஒரு முறை ஏப்பம் விடு வது, வயிறு நிரம்பி விட்ட போது, உணவுக் குழலின் எதிர்த் திசையில் வரும் அலையியக்கத்தின் காரணமாக ஏற்படுவது. ஆனால் அடுத்தடுத்து ஏப்பம் விடுவதற்கு, சாப்பாட்டுடன் அதிகப்படியான காற்றை விழுங்கி யதே காரணம்.

சிலருக்கு வெறும் வயிற்றில் தண்ணீர் அல்லது பானங்கள் அருந்தி யவுடன் வயிறு உப்பிக் கொண்டு விடும். இரத்தத்திலிருந்து வாயு பிரிந்து,



குடல்களுக்கு வந்து விடுவதே இதற்குக் காரணம்.

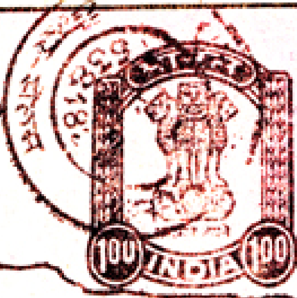
சோயாபீன்ஸ், கடலைப் பருப்பு, மாசூர்ப் பருப்பு, உருளைக் கிழங்கு, சேப்பங் கிழங்கு, மொச்சை, கொண் டைக் கடலை போன்ற உண வுப் பொருட்கள் வாயு உற்பத் தியை பெருக்குகின்றன. உண வின் அளவையும், வகையை யும் பொறுத்து வாயு உற்பத்தி யின் அளவு அமையும். பருப்புகளின் முற்றல் அள வைப் பொருத்தும் வாயு உற் பத்தியின் அளவு அமையும். முற்றாத விமா மொச்சை களால் வாயுத் தொந்தரவு ஏற் படாது. ஆனால் முற்றிய விமா மொச்சைகள் அதிக அளவில் வாயுவை உண்டாக்கும்.

சமைத்த சூடான உணவை உட்கொண்டால் வாயு உற் பத்தி குறையும். சமைக்கும் போது உணவிலுள்ள ஆலிகோ சாக்கரைடுகள் அழிந்து விடுவதே இதற்குக் காரணம். பெருங்காயம், பச்சைப் பூண்டு, இஞ்சி ஆகியவற்றை உணவில் சேர்த்துக் கொண்டால் வாயு உற்பத்தி குறையும். பூண்டை சமைப்பதால் அதிலுள்ள கிருமி கொல்லித்திறன் அழிந்து விடும். மேலும் பச்சை பூண்டு கொலஸ்ட்ரால் அள வைக் குறைத்து, இதயத் தாக்கு தலுக்கு உண்டாகும் வாய்ப்பு களையும் குறைக்கிறது.

சைவ உணவுக்காரர் களுக்கு பருப்பு வகைகள் தான் புரதச் சத்துக்கு முதன் மையான மூலங்கள். ஆனால் அவைதான் அதிக அளவில் வாயுவை உண்டாக்குகின்றன. ஆகவே பருப்பு வகைகளை சந்தேகமின்றி நன்றாக சமைக்க வேண்டும். பெருங்காயம், இஞ்சி, பச்சைப் பூண்டு ஆகிய வற்றோடு சேர்த்து பருப்பு வகைகளை சமைத்து உண்பதால் வாயுத் தொந் தரவை நீக்கலாம்.

- கீதாஞ்சலி

சொல்ல விரும்புகிறோம்



● "என்ன அங்கே எண்ணெய்க் கடையில் ஒரே கூட்டம்?"

"எல்லாம் கொசு விரட்ட வேப்பெண்ணெய்வாங்கத்தான்."

போகிற போக்கைப் பார்த்தால் கொசுவை விரட்ட வேப்பெண்ணெய் விளம்பரங்கள் டீ.வி.யில் வந்தாலும் ஆச்சரியப்படுவதற்கில்லை. எல்லாம் இந்த மங்கையர் மலர் உபயம்தான்!

ஸ்ரீவித்யா காளிதாஸ், சிதம்பரம் - 1.

● மங்கையர் மலரும், போலார் ஹை-பவர் லோ-வோல்டேஜ் கிரைண்டர் மோட்டார் நிறுவனமும் இணைந்து போட்டியினை நடத்தியதோடு மட்டுமல்லாமல், முடிவுகளோடு உடனுக்குடன் பரிசுகளை வழங்கி அதனை போட்டோக்களோடு பிரசுரித்திருந்த சுறுசுறுப்பினையும் பாராட்டிட வார்த்தைகள் இல்லை! Keep it up!

எஸ். சையது முகமது, தூத்துக்குடி - 3.

● பண்டைய வழிபாட்டு முறைகள் பழைய விஞ்ஞான முறைகளை உள்ளடக்கி இருப்பது உண்மையே. புயலின் வேகத்தைக் குறைக்க எங்கள் ஊரான திருவண்ணாமலை உள்பட நான்கு இடங்களில் அணையா நெருப்பு ஏற்றி வந்துள்ளனர் என்ற செய்தி இதுவரை யாரும் அறியாத அதிசயச் செய்தி. புயலை நம்மால் தடுக்க முடியும் என்பதற்குத் தக்க சான்றுகளைத் தந்த பேராசிரியர் வே. கணேசன் கூற்றில் உண்மை இருப்பதாக உணர முடிகிறது. சிந்திக்க வைத்த கட்டுரை.

இந்திராணி சண்முகம், திருவண்ணாமலை.

● ஜனவரி மாத இதழ்க் கட்டுரை மதுரையில் நடைபெற்ற மகளிர் விழாவினை நேரிலே காண முடியாத ஏக்கத்தைத் தீர்த்து வைத்தது. மங்கையர் மலர் இதழ் பெண்களின் திறமைகளை வெளிக்கொணர்ந்து... ஊக்கப்படுத்தும் ஓர் உன்னதமான பத்திரிகையாகச் செயல்படுவது மகிழ்ச்சியை அளிக்கிறது...!

ஆர். உமா, திருச்சி - 20.

● 'வாழ்க்கை நெய் மணக்கும்' என்ற தலைப்பில் வழக்கம்போல் ஆசிரியர் அற்புதமாக எழுதியிருக்கிறார். தற்போதைய பெண்களின் நிலையை ஒரு பெண்ணால்தான் அலச முடியும்; உணர முடியும்; அனுகவும் முடியும். தன் கையே தனக்குதவி என்றிருந்தால்தான் ஒரு பெண்ணானவள் முழுமையாகப் பரிணமிக்க முடியும்.

சுந்தர்-அழகேசன், திருக்கழி - 626 129.

● 'அலுவலகங்களில் சில வழுக்குப் பாறைகள்' - இதில் உள்ள செய்திகள் அலுவலகம் செல்லும் பெண்களுக்கு மட்டுமல்லாது அனைவருக்கும் பொருந்தும். நாம் அலங்காரம் செய்து கொள்வது அடுத்தவர்கள் பார்க்கத்தான் என்றாலும் அதனால் நமக்கு இடையூறு வருமெனில் அதனைத் தவிர்க்கலாமே! அதே போல் ஒரு மழுப்பல் பதிலால் ஒரு மணி நேர லெக்சரைக் கூடத் தவிர்த்துவிடலாமே!

த. சாந்தி, திருவாரூர்.

● 'காட்டனில் மின்னும் கலையழகு' கட்டுரையைக் கண்டேன். திருமதி உமா சரவணன் பொழுது போக்காக ஆரம்பித்த, ஆடைகளுக்கு டிசைன் போடும் தொழில் இன்று பலருக்கு வேலை தரும் பயனுள்ள தொழிலாகவும், பணமும், புகழும் சம்பாதிக்கும் தொழிலாகவும் அமைந்துள்ளதைக் காணும் போது பெருமையாக உள்ளது. ஒவ்வொரு பெண்ணின் உள்ளத்திலும் நாமும் இம்மாதிரி பயனுள்ள கைத்தொழிலைக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்ற ஆர்வம் உடனே எழவேண்டும். அது அவர்களுடைய குடும்பத்திற்கு மட்டுமல்லாமல் நாட்டிற்கும் மிகவும் நல்லது.

எஸ். புவனேஸ்வரி, நாத்தையங்கார்பேட்டை.

● முதுமையால் நோயா? நோயால் முதுமையா? என்ற அருமையானதொரு கட்டுரையைப் படித்தேன். நோய்க்கு எதிரி இளமை. நோய்க்கு நண்பன் முதுமை. எனவே முதுமையை நாம் இளமைபோல் வைத்திருந்தால் நோயின் அறிகுறியே தெரியாமல் வாழலாம். ஒருவேளை நோய் வந்தால் அறுவை சிகிச்சை ஏதும் செய்யாமல் சித்த மருத்துவத்தின் மூலம் வைத்தியம் செய்து கொள்வதும் சிறந்த வழி என்பதை நாம் இக்கட்டுரை மூலம் உணர முடிகிறது.

ஆர். ஜெஜலக்ஷ்மி, லால்குடி - 621 601.

எண்ணெய்க் கடையில் ஒரே கூட்டம்!

என்னைப் பொறுத்தவரை சமையல் என்பது வாழ்க்கையின் தினசரி முக்கிய அங்கம். வயிறு நிரம்பினால்தான் சரியாக நாம் வேலைகளைச் செவ்வனே செய்ய முடியும். தங்கள் புத்தகத்தைப் பார்த்துச் சமையல் குறிப்புகள் நான்கு பெரிய நோட்டுப் புத்தகத்தில் எடுத்து வைத்து, தினமும் அதிலிருந்து சிலவற்றைச் செய்து, கணவர் பாராட்டும்போது மங்கையர் மலரைத்தான் நினைத்துக் கொள்வேன். சமையல் மட்டுமல்ல. ஒரு பெண் சமூகத்தில் எப்படி நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்றும், மாமியார் - மருமகள் எப்படி நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்றும் (உறவு முறைகள் உடைந்து போகாமல் இருப்பது பற்றி) பல சாதனைகள் செய்த பெண்களைப் பற்றியும், மக்களுக்கு (ஆண் - பெண் பேதமின்றி) ஆசிரியர் மஞ்சுளா ரமேஷ் அவர்களின் முதல் பக்கக் கட்டுரையின் மூலம் விழிப்புணர்ச்சியும் ஏற்படுத்தி, சினிமாவில் ஆபாசத்தைத் தடுப்பதற்கும் (ஏன் இதெல்லாம் பெண்கள் மட்டும் சம்பந்தப்பட்ட விஷயமா என்ன?) தாய் தன் மக்களுக்குச் சொல்லிக் கொடுப்பதைப் போல் நிறையவே செய்திகள் வருகின்றன. எனக்குத் தெரிந்து எங்கள் உறவினர்கள் வீட்டிலும் ஏன் என் வீட்டில் கூட முதலில் வாங்கியவுடன் படிப்பது என் கணவர்தான். வந்த அன்றே இரவு முழுவதும் உட்கார்ந்து படித்துவிடுவேன். இது பெண்கள் பத்திரிகை என்பது தவறான கருத்து. மொத்தத்தில் இது மருத்துவ இதழாகவும் 'ஆல் ரவுண்டர்' ஆகவும் செயல்படுகிறது.

- கிருஷ்ணவேணி, விழுப்புரம்.

பெண்கள் பத்திரிகை என்பதால்தான் சில வீடுகளில் பெண்களுக்கு இந்தப் புத்தகம் வாங்கும் அனுமதியும், படிக்கும் அனுமதியும் கிடைக்கிறது. பெண்கள் பத்திரிகையில் சமையலும், கோலமும் பல வகை வண்ணங்களும் அவசியமே. பெண் உள்பட இவையெல்லாம் இன்றி நம் பாரம்பரியம் ஏது? நளினமின்றி வாழ்வு ஏது?

வாழ்க்கைக்கு உபயோகமான தையல், ஊறுகாய், பொடி வகைகள், எழுத்து மூலம் கற்பிக்க முடிந்த பணம் பண்ணும் கலைகளைப் பிரசுரித்தால் (இதெல்லாம் ஏற்கெனவே வெளிவந்தவை) அடிக்கடி புதுவித மோஸ்தர்கள் வெளியிட முடிந்தால் பெண் முன்னேற்றத்திற்கும் சமுதாயத்திற்கும் செய்யும் சிறந்த பணியாகக் கருதப்படும்.

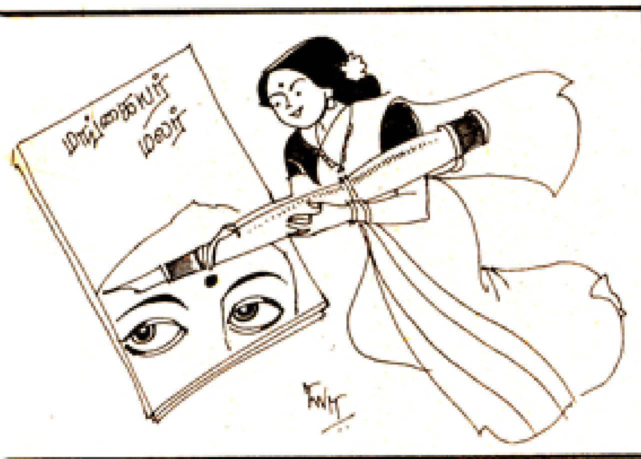
- பி. டி. அமிர்தவள்ளி,
பேரம்பாக்கம்.



அறிவு ஜீவிகள் என்ற நிமிர்ந்த நடையில், சில பத்திரிகைகளைப் படிப்பதைப் பெருமையாகச் செய்ததுண்டு. ஆனால் செக்ஸ் விஷயத்தில் எல்லைக் கோட்டைத் தாண்டும் பெண்களைப் பற்றிய முகத்தில் அறையும் கட்டுரைகள் வருவது, அதை வாங்க, பொது இடத்தில் படிக்க கூச்சமாக உள்ளது. செக்ஸ் வாழ்வின் அத்தியாவசியம் தான். எல்லைமீறல்கள் இருக்கலாம். ஆனால் அதைப் பகிரங்கப்படுத்திக் கட்டுரைகள் வருவதைவிட, தனி மனித மேம்பாட்டிற்குச் செய்ய எவ்வளவோ இருக்கிறது. பெண் வாசகிகள் எப்படி இந்த மாதிரி பத்திரிகைகளுக்கு இருப்பார்கள்?

கோலம் போடும், சமையல் சொல்லும் பத்திரிகை மிக அவசியம். மாலனையும், கணையாழியையும், வா. ச. ரா.வையும் வாஸந்தியையும் கரைத்துக் குடித்து விட்டு, திருமணத்

பெண்கள் பத்திரிகை என்றாலே சமையலும் கோலமும்தானா?



துக்குப் பின் சமையலறைக்குப் புகும் என் போன்ற பெண்களுக்கு நாங்கள் படித்த பெர்ட்ரண்ட் ரஸ்ஸலும், ஷேக்ஸ்பியரும் சமைக்கவும் மற்ற குறிப்புகளையும் கற்றுத் தரவில்லை. மங்கையர் மலரே துணை நின்றது. கல்யாணம் வரை படிப்பில் இருந்து விட்டு வரும் இந்த ஜெனரேஷன் பெண்களை, கூட இருந்து தாயால் வழிகாட்ட முடிவதில்லை. மங்கையர் மலரின் சிறுசிறு குறிப்புகள் கூட தாயாய், சகோதரியாய் வழிகாட்டுகிறது. பெண்கள் பத்திரிகை மிக அவசியம்.

என் தோழி அதிகம் படிக்காதவள். ப்யூஸ் போட, மாடு கறக்க, ஸ்வேகா ஓட்ட, மோட்டாரில் தண்ணீர் பாய்ச்ச, எம்பிராய்டரி போட, தையல் கலை, நளபாகம் அனைத்தையும் கசடறப் பயின்றவள். ஆனால் அவள் கணவர் அவள் ஸ்டூல் ஏறி ப்யூஸ் போடுவதை விரும்புவதில்லை. 'பெண்ணாய் லட்சணமாய் இரு' என்கிறார். ஆண்கள் விழித்தால் தான் பெண்களுக்குப் பல முன்னேற்றங்கள் எல்லாம். பல துறைகளில் முன்னேறினாலும் மூன்று நாட்கள் சமையல் வாயில் வைக்க வழங்கவில்லை எனில் எந்த ஆண் பொறுத்துக் கொள்கிறான்? பெண்கள் பத்திரிகை மிகமிக அவசியம்.

- இந்து, கிருஷ்ணகிரி.

சகோதரி வாஸந்தி அவர்கள் கூறியபடி பெண்கள், அடுத்த வீட்டுடன் போட்டி போட்டுக் கொண்டு கடனிலோ, அல்லது கஷ்டப்பட்டோ நகை துணிமணிகளை வாங்கி அணிந்து பெருமைப்படுகிறார்கள். அது உண்மையென்றாலும் தற்போது பெண்கள் படிப்படியாக மாறி வருகிறார்கள். ஏனெனில் தற்போதுள்ள திருமணங்களில் பாருங்கள். அதிகமாக ஓர்அழகிய சிறு ஜரிகையுடன் கூடிய காட்டன் புடைவையையோ, முத்து மாலையையோ அணிவது ஃபாஷன் ஆகி விட்டது. மேலும் அப்படி வித்தியாசமாக இருப்பவர்களையே நாமும் அதிகம் கவனிக்கிறோம். வேறு பத்திரிகைகளால் சொல்ல முடியாத பல்வேறு வகையான, முதியோர்களைப் பற்றி, மாமியார் மருமகள்களைப் பற்றி, நம் வீட்டிலேயே செய்யும் சிறு தொழில்கள் பற்றி, உபயோகப்படாது என்றெண்ணும் பொருட்களின் உபயோகம் பற்றி, குறிப்பாக பெண்களின் முகம், மற்றும் தலைமுடியைப் பராமரிக்கும் முறை பற்றிப் பல்வேறு துறைகளிலும் பெண்களின் சாதனைகள் பற்றியும் நம் மங்கையர் மலர் எடுத்துக் கூறுகிறது. பெண்கள் பத்திரிகைகளை ஆண்கள் இப்போது



அதிகம் படிக்கிறார்கள் என்றே கூறலாம். ஏனென்றால் முக அழகு தலைமுடியில் ஏற்படும் பொடுகுத் தொல்லைகள், மருத்துவ ஆலோசனைகள், மேலும், திருமண மலர்ப் பகுதியில் தேர்ந்தெடுக்கவும் (பெண்களை) இவை அனைத்தும் ஆண்களுக்கும் தேவையானவையே. ஏன், பெண்கள் வேலைக்குச் சென்றிருக்கும் போது தானே சமையலறையில் சமையல் செய்யவும் தேவையான குறிப்புகளுக்கும் பெண்கள் பத்திரிகைகளை ஆண்களும் இப்போது நாடுகிறார்கள்.

- கே. வல்லி, சென்னை - 82.

மகளிருக்கு மற்ற பத்திரிகைகளில் கிடைக்காத சுதந்திரம் மகளிர் பத்திரிகையில் கிடைக்கின்றன. தங்கள் கருத்துக்களை, உணர்ச்சிக் குமுறல்களைப் பெண்கள் பத்திரிகையில் கொட்ட முடிகிறது. பெண்கள் பத்திரிகையைப் படிக்கும் போதும் அதில் எழுதும்போதும் ஏதோ தாய்வீட்டில் உரிமையுடன் உலவுவது போன்ற உணர்வுதான் எனக்கு ஏற்படுகிறது. பெண்கள் பத்திரிகை மூலம் அழகுக் கலையைக் கற்றுத் தன்னை அலங்கரித்துக் கொள்வதில் தவறென்ன இருக்கிறது? சரியான முறையில் செய்து கொள்ளும் அலங்காரம் உடலுக்கு மட்டும் இளமையையும் மிடுக்கையும் தரவில்லை. உள்ளத்திற்கும் சேர்த்துத்தான் தருகிறது.

- அலமேலு இராசகோபால்,
சென்னை - 33.

பெண்கள் பத்திரிகை மட்டுமே படித்து வந்த பல பெண்கள் தற்போது எல்லாப் பத்திரிகைகளும் படிக்கின்றனர். "இந்தியா டுடே" போன்ற பத்திரிகைகளுக்குப் பெண் வாசகர்கள் குறைவாக இருக்கலாம். ஆனால் நான் மின்சார ரயிலில் பிரயாணம் செய்யும்போது பார்க்கையில் பல பெண்கள் துக்ளக், ஜூனியர் விகடன், இந்தியா டுடே போன்ற பத்திரிகைகளை அன்றே வாங்கிப் படிக்கின்றனர். அதைப் பற்றி விவாதிக்கவும் செய்கின்றனர். ஏன்? தற்போது பங்கு மார்க்கெட் பற்றியும் ஆர்வம் காட்ட ஆரம்பித்து விட்டனர். என்னையே ஓர் உதாரணமாகக் காட்டுகிறேன். பல வருடங்களுக்கு முன்பு ஒரு துணுக்குச் செய்தி மங்கையர் மலருக்கு எழுதினேன். அது பிரசுரமாகியது கண்டு, அப்போதுதான் நமக்குள்ளும் விஷயம் இருக்கிறது என்ற உணர்வு ஏற்பட்டது. பத்திரிகைகளில் எழுதுவது என்றால் ஏதோ பெரிய விஷயம் அதற்குள் பெரிய எழுத்தாளர்கள்தான் நுழைய முடியும், அதற்கும் ஏதேனும் சிபாரிசு வேண்டும் என்ற அறியாமையிலிருந்த என்னை வெளிக் கொணர்ந்ததே பெண்கள் பத்திரிகைகள்தான். இதுமாதிரி தற்போது எல்லா பத்திரிகைகளும் பலருக்கும் வாய்ப்புகள் அளிக்க ஆரம்பித்து விட்டன.

- ஜானகி ரங்கனாதன்,
சென்னை - 61.

அடையை, 'வயிற்றை வலிக்கும், வாயு பிடிக்கும்' என்று பலர் சாப்பிடப் பயப்படுகிறார்கள். எப்பொழுது அடை செய்தாலும் பருப்புகளுடன் ஒரு பிடி அல்லது இரண்டு பிடி கொள்ளுப் பயிறையும் சேர்த்து அரைத்தால் எந்தக் கெடுதலும் வராது. கொள்ளுப் பயிர் வாயுவுக்கு ஏற்ற மருந்து.

- உமா



இந்த மாதம்

எப்படி?



மேஷ ராசி :



அசுவினி, பரணி, கார்த்திகை 1 - ஆம் பாதம்.

மாதம் பூராவும் சூரியனின் சகாயம் உண்டு. முயற்சி செய்பவர்களுக்கு, அவர்கள் எத்துறையைச் சேர்ந்தவர்களானாலும் வெற்றி உண்டு. குறிப்பாக அரசாங்கம், வங்கி இவர்களிடமிருந்து இதுவரை தாமதிக்கப்பட்டு வந்த காரியம் இந்த மாதத்தில் சுலபமாக நிறைவேறும். கேட்ட இடத்திற்கே மாறுதல் கிடைக்கும். ராசியில் உள்ள கேதுவும், 7 - ஆமிடத்து ராகுவும் சில தொல்லைகள் தரலாம். ஆயினும் 11 இல் உள்ள சனியின் பலம் உங்களுக்குச் சாதகமாக உள்ளது. நீங்கள் பீனலக்கினத்தில் பிறந்தவரானால் இந்த மாதத்தில் உங்களுக்கு எல்லாவிதத்திலும் இலாபமே ஏற்படும். வயிறு, இரத்த அழுத்தம் இவை சற்று பாதிக்கப்பட்டு நிவர்த்தியாகலாம். புதனால் தனலாபம் உண்டு. தசாபுக்தி சரியாக உள்ளவர்களுக்கு நன்மை கூடுதலாக இருக்கும். அங்காரகனின் சஞ்சாரம் சரியில்லை. அதனால் பழைய கடன் தொல்லை, மனை சம்பந்தமான வியாஜ்ஜியங்கள் ஏற்பட்டாலும் முடிவில் வெற்றி உங்களுக்கே. மருத்துவச் செலவு கூடலாம். எனவே, ஸ்ரீ சுப்பிரமணிய புஜங்கம், கனாஷ்டகம் இவைகளைப் படிப்பதுடன், நவக்கிரகங்கள் அனைத்திற்கும் வியாழன் அல்லது சனிக்கிழமை அர்ச்சனை செய்வது நல்லது. சுக்கிரனால் தாம்பத்திய உறவில் மகிழ்ச்சியும், குடும்பத்தில் அமைதியும் நிலவும். மாதக் கடைசி வாரத்தில் எந்தப் புது முயற்சியும் செய்வது சரியல்ல.





ரிஷப ராசி :



கிருத்திகை 2, 3, 4 ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

ராசிக்குக் குரு பார்வையும், இந்த ராசிக்கு யோககாரகனாகிய சனி ஆட்சியில் இருப்பதும் நல்லது. என்றாலும் மாதம் பூராவும் அங்காரகனும், புதனும், கேதுவும் நல்ல நிலையில் சஞ்சரிக்கவில்லை என்பதைப் பார்க்கும்போது உடல்நிலை பாதிக்கப்படலாம். கோர்ட்டு விவகாரங்களில் தோல்வி வந்துவிடுமோ என்ற பயமும் ஏற்படலாம். பதவியில் உள்ளவர்களுக்கு விரும்பத்தகாத இடத்திற்கு மாற்றம் ஏற்பட்டுவிடுமோ என்ற நிலையும் கூட உருவாகலாம். ஆனால், ராகு 6 இல் இருப்பதால் விவகாரங்களில் வெற்றி, நோய் நிவர்த்தி, எதிலும் வெற்றி எனும் உறுதியான நிலை தென்படுகிறது. எனவே, அனாவசியக் கவலையை விடுத்து ஆக்கபூர்வமான செயலில் ஈடுபடலாம். மாதத்தின் பிற்பகுதியில் சூரியன் கூட உதவும் நிலை. அதனால் கீர்த்தி உண்டு. நடிக நடிகைகள், விஞ்ஞானிகள், கட்டடக் கலைஞர்கள், வாத்திய இசையில் வல்லுநர்கள் ஆகியவர்களுக்கு ஏற்றமானதொரு சூழ்நிலை ஏற்படும். 8 இல் உள்ள சுக்கிரனால் திருமணத்திற்காகக் காத்து நிற்கும் இந்த ராசிக்காரர்களுக்குத் திருமணம் கைகூடிவரும். லட்சுமி ஸ்தோத்திரம், விநாயகர் துதி, ஆதித்ய ஹிருதயம், கடனை நீக்கும் அங்காரக ஸ்தோத்திரம் படிப்பவர்களுக்கு எந்தவித பயமும் தேவையில்லை. ஆயினும் திட்டமிட்டுச் செலவிடுவது நல்லது.



மிதுன ராசி :



மிருகசீரிஷம் 3, 4 ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2, 3 ஆம் பாதங்கள்.

இராசி நாதனாகிய புதனும், இலாபத்தில் நிற்கும் கேதுவும் தனலாபத்திற்கும் மகிழ்ச்சிக்கும், வெற்றிக்கும் உறுதுணையாக நிற்கையில் மற்ற கிரக சஞ்சாரத்தால் கெடுபலன் ஏற்பட நியாயமில்லை. சற்று உடல் பாதிக்கப்படலாம். 7 இல் உள்ள சுக்கிரன் கணவன் மனைவி யிடையே ஒரு பெண்ணின்

பிப்ரவரி '95

காரணமாக சிறு பிரச்னைகள் உண்டாக்கலாம். ஆயினும் 8 இல் உள்ள புதன் அவற்றைச் சுமூகமாகச் சமாளிக்கும் வல்லமையைத் தர இருக்கிறார். புதன் அருளினாலும், கேதுவின் சஞ்சாரத்தாலும் ஒரு புதுத் தொழில் ஆரம்பிக்கும் நிலை உங்களுக்கு ஏற்படும். வெகுதூரப் பிரயாணம் ஒன்று ஏற்படும். வக்கிரம் பெறும் செவ்வாய் 3 இல் இருக்கும்போது தனலாபத்தையும் தர இருக்கிறார். எனவே, விநாயகரையும், வினை தீர்க்கும் வேலவனையும் அஷ்டோத்திரம் கூறி அர்ச்சித்து ஆசி பெறுங்கள். எத்துறையினருக்கும் இது பொருந்தும். புதன் கிழமையும் சனிக்கிழமையும் விஷ்ணுவை அவனது ஆயிரம் நாமங்களைக் கூறி நமஸ்கரியுங்கள். நல்லதே நடக்கும். சுபநிகழ்ச்சிகளில் கலந்து கொள்வீர்கள். அவ்வாறு கலந்து கொண்டு உறவினர்களிடம் உறவாடும்போது உங்களது பிரச்னைகளுக்குக் கூடத் தீர்வு ஒன்று கிடைக்கும். அது தடைபடும் பதவி உயர்வோ அல்லது திருமண காரியமாகக் கூட இருக்கலாம்.



கடக ராசி :



புனர்பூசம் 4 ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

சுபநிகழ்ச்சி ஒன்று நடக்கும். ஆனால் அதற்குச் சில சிரமங்கள் சுக்கிரனால் ஏற்படலாம். அதாவது உங்கள் வீட்டில் உள்ள ஒரு சிலரால் அத்தகைய சிரமங்கள் ஏற்பட இருந்தாலும், குரு எல்லாவற்றையும் சமாளித்து, அடுத்து வரும் மாதத்தில் அச்சுப நிகழ்ச்சியை நடத்துவதற்கு ஆவன புரிவார். குறிப்பாகக் கடக ராசிக்காரர்களுக்கு குரு ஒருவரே உதவும் நிலையில் உலவுகிறார்.

இரண்டு ஆழாக்கு ரவையை மோர்விட்டுப் பிசைந்து வைத்துக் கொள்ளவும். அதை ஆழாக்கு உளுந்தை ஊறவைத்து உப்பு சேர்த்து நன்கு குடையக் குடைய அரைத்து ரவையுடன் கலக்கவும். 100 கிராம் கோஸ், 100 கிராம் கேரட், ஒரு கட்டு முருங்கைக் கீரை இலைகளைப் பொடிப் பொடியாக நறுக்கி, வாணலியில் எண்ணெய் விட்டுத் தாளித்து, அதில் போடவும். சிறிது உப்பு, நீர் தெளித்து வதக்கி பாலில் கொட்டி நன்கு கலக்கவும். இதை இட்லியாகச் செய்தால் ரொம்ப ரொம்பச் சுவையாக இருக்கும். சத்தானதும் கூட.

- உமா



புதனும், சூரியனும் 7 இல் கூடியிருந்தாலும் அவர்களது சேர்க்கையின் காரணமாக ஏற்படுகின்ற புத ஆதித்தாய யோகம் உங்களுக்கு ஏற்படும். விக்னங்களை விலக்கவும் கூடும். அத்துடன் அஷ்டமத்துச் சனியினால் ஏற்படும் கெடுபலன்களும் குறையலாம். ஆயினும் பொருளாதார நிலையில் ஒரு ஸ்திரத் தன்மை இருக்க நியாயமில்லை. வாக்கு கொடுத்தவர்கள் கூட உதவ வருவார்களா என்பது கேள்விக்குறியாகவே இருந்து கடைசியில் குருவின் கடாட்சத்தால், தக்க சமயத்தில் உதவி உங்களைத் தேடி வரும். நல்லதொரு தசாபுக்தி நடப்பவர்கள் கவலைப்படத் தேவையில்லை. எந்த ஒரு உதவிக்காக யாரிடம் சென்றாலும், செல்லுமுன் தக்ஷிணாமூர்த்தி ஸ்தோத்திரத்தைக் கூறி குருவுக்கு அர்ச்சனை செய்து பிறகு சென்றால் வெற்றி கட்டாயம் கிடைக்கும். இந்த மாதம் பூராவும் ஒவ்வொரு சனிக்கிழமையும் காலையில் விநாயகருக்கும் மாலையில் நவக்கிரகத்திற்கும் அர்ச்சனை செய்வது நல்லது. அப்படிச் செய்தால் எப்படியும் வெற்றி உங்களுக்கே என உறுதியுடன் நம்பலாம். உங்கள் லக்னம் கன்னியாகில் இரகமாலா யோகம் ஏற்படுவதுடன், எல்லாமே நன்மையுடன் முடியும்.



சிம்ம ராசி :



மகம், பூரம், உத்திரம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

நண்பர்களால் நன்மை உண்டு. சுக்கிரனால் சுகம் உண்டு. ஆன்மீகத் தலைவர் ஒருவரையோ, அல்லது ஞானிகளின் பிருந்தாவனத்தையோ தரிசனம் செய்யும் வாய்ப்பு உண்டு. நீங்கள் உங்கள் முன்னேற்றத்திற்குத் தடையாக நிற்கும் ஓரிருவரை இனம் கண்டு அவர்களை ஒதுக்கித் தள்ள வேண்டிய நிலை உருவாகும். அரசியலில் மற்றும் உயர் பதவியில் உள்ளவர்கள் மிக நெருக்கடியானதொரு சூழ்நிலையிலிருந்து வெற்றியுடன் வெளிவர இருக்கிறார்கள். ஆனால் மாத ஆரம்பத்தில் சூரியனாலும், மாத முடிவில் புதனாலும் ஸ்தானலாபம், சத்ரு நாசம், தன லாபம் எனப் பலவிதத்தில் உங்களுக்கு உதவ இருக்கும்போது எந்தச் சங்கடத்தையும் சமாளித்து விடுவீர்கள். நீங்கள் சிம்ம ராசியைச் சேர்ந்தாலும் பனங்காட்டு நரியைப் போன்றவர்கள். எந்தச் சலசலப்புக்கும் அஞ்ச மாட்டீர்கள். உங்கள் ஜாதகத்தின்படி நடக்கும் தசாபுக்தி சிறப்பாக அமைந்திருக்குமானால் மேலும் நற்பலன்கள் கூடுதலாக நடக்கும். கேதுவால் உடல்நலக் குறைவு ஏற்படலாம். எனவே, விநாயகருக்கு அருகம்புல் மாலையை அணிவித்து அர்ச்சனை செய்வது நல்லது.

அலைச்சல் மிக்க காலகட்டம். 7 இல் சனி ஆட்சியில் இருந்தாலும் வாழ்க்கைத் துணைவர்க்குச் சற்று ஆயாசமும், உடலில் வலியும் ஏற்படலாம். இந்த மாதம் முழுவதும் சனிக்கிழமைகளில் சனீஸ்வரனுக்கும், செவ்வாயன்று அங்காரகனுக்கும் அர்ச்சனை செய்யலாம்.



கன்னி ராசி :



உத்திரம் 2, 3, 4 ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

நீங்கள்மீன லக்கினத்தில் பிறந்திருந்தால் கோட்சார அமைப்புப்படி உங்கள் ராசி, இலக்கினம் இவற்றுடன் இந்த மாத கிரக அமைப்பையும் போட்டுப் பார்த்தால் சிறந்ததொரு யோகத்தையும், செல்வாக்கையும் தருகின்ற கிரகமாலா யோகம் அமைவதை அறியலாம். சுக்கிரனால் சுகமுண்டு. சுப நிகழ்ச்சிக்கு வழியும் உண்டு. சனியினால் உங்கள் பணியைச் செவ்வனே செய்து முடித்து, அதற்குரியவர்களிடமிருந்து பாராட்டையும் பரிசையும் பெறுவீர்கள். நிச்சயிக்கப்பட்ட சுபநிகழ்ச்சிகள், புதுப்பட ஆரம்ப விழா, புதுத் தொழில் ஆரம்பம் அனைத்தும் நன்கு நடந்தேறும்வண்ணம் கால பலம் உங்கள் பக்கம் இலாபத்தைத் தரும் முறையில் அமைந்துள்ளது. நன்கு பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். தானாகப் பதவியிலிருந்து விலகினாலும் சரி, பணியிலிருந்து ஓய்வு பெறும் நிலையானாலும் சரி, உங்களுக்கு வருகின்ற பணக் கொடையை நன்கு திட்டமிட்டுச் சேமிக்கப் பாருங்கள். கிரகங்கள் உங்களுக்குச் சாதகமாக இருக்கின்றன. அதேசமயம் சர்ப்பக் கிரகங்களும் புதனும் சற்று சஞ்சலம் தரும் சூழ்நிலையை உருவாக்கலாம். அங்காரகன் வக்கிர கதியில் கடகத்தில் சஞ்சரிக்கும் நேரம் குரு பார்வையின் காரணமாக நீசபங்க ராஜயோகத்தைத் தர இருக்கிறார். மாதத்தின் பிற்பகுதியில் சூரியனும் உதவும் நிலையில் உலவுகிறார். கலைஞர்களுக்கும், தொழில் வல்லுநர்களுக்கும் ஏற்றதொரு சூழ்நிலை உருவாகும். விஷ்ணு ஸஹஸ்ரநாமம், துர்க்கா ஸ்தோத்திரம் படிப்பது நல்லது. கனாஷ்டகமும் படிக்கலாம்.



துலா ராசி :



சித்திரை 3, 4 ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 ஆம் பாதங்கள்.

இராசி நாதனாகிய சுக்கிரன் உங்களுக்குப் பலவிதத்தில் உதவ இருக்கிறார். குடும்பத்தில் மகிழ்ச்சி நிலவும். மழலைச் செல்வம் வேண்டித் தவமிருக்கும் துலா ராசிக்காரர்களுக்குப் புத்திர பாக்கியம் உண்டாகலாம். உடல்நலம் நன்றாக இருக்கும். கலைஞர்களும், எழுத்தாளர்களும் பாராட்டப்படுவார்கள். தொழிலில் இலாபம் பெருகும். பதவி உயர்வை எதிர்பார்க்கலாம். நான்கில் உள்ள புதன் குடும்பத்தில் அமைதியையும், சுபநிகழ்ச்சி ஒன்று நடப்பதற்கான சூழ்நிலையையும் உருவாக்குவார். அதற்கு குரு பகவானின் அருளும் கிடைக்கும். கோர்ட்டு விவகாரங்களில் வெற்றி உண்டு. ஆனால் இராகுவும், கேதுவும், சூரியனும் ஏதேனும் உடல்நிலைக் கோளாறை உண்டாக்கி மருத்துவச் செலவை உண்டாக்கலாம். ஒரு சிலருக்கு வெளிநாடு செல்லும் வாய்ப்பும் வரலாம். பாவ கிரகங்களின் பாதிப்பிலிருந்து விடுபட விநாயக புராணம் படித்து கணபதி ஹோமம் நவக்கிரக ஹோமம் ஆகியவற்றைச் செய்யலாம். வசதியும், வாய்ப்பும் குறைவாக உள்ளவர்கள் ஆதித்திய ஹிருதயம் மற்றும் மஹிஷாசுரமர்த்தனி ஸ்தோத்திரம் அபிராமி அந்தாதி ஆகியவற்றைப் படிக்கலாம். நெருப்பு ஆயுதங்கள் ஆகியவற்றுடன் பழகுபவர்கள் சற்றுக் கவனமுடன் அவற்றைக் கையாளுவது நல்லது.



விருச்சிக ராசி :



விசாகம் 4 ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.

மாதத்தின் முற்பகுதியில் சூரியன் உங்களுக்குப், பதவி உயர்வு ஒன்றைத் தரலாம். மதிப்பும் தனலாபமும் ஏற்படும். அரசுத் தரப்பிலிருந்து ஒரு கௌரவப் பட்டம் கூடக் கிடைக்கலாம். கலைஞர்களானால் போற்றுதற்குரிய பட்டங்கள் கிடைக்கலாம். இது எத்துறையினருக்கும் பொருந்தும். 6 - இல் உள்ள கேது எதிரிகளின் தொல்லைகளைக் கட்டுப்படுத்தலாம். ஆனால் புதனின் சஞ்சாரம் பயன்தரும் வகையில் இல்லை. இதனால் மனத்தில் ஒருவித விரக்தி, பயம் ஏற்படக் கூடும். கண்கூடப் பாதிக்கப்படலாம். ஆயினும் இராசியில் குரு இருப்பதால் உதவி இல்லை. எனினும் ஆபத்து வராமல் தடுக்க முடியும். சுகஸ்தானம் என்ற நிலையில் சனி ஆட்சியில் இருப்பதால் தொழிலில் தொந்தரவு ஏற்படாது. செவ்வாய் கடகத்தில் வக்கரிக்கும் சமயம், அதாவது மாதத்தின் பிற்பகுதியில் எதிர்பாராத மாற்றம் ஒன்று உங்கள் வாழ்க்கையில் ஏற்படலாம். அது ஒரு பதவி உயர்வு, தனலாபம், நீங்கள் முயற்சித்தும் கைகூடாமல் இருந்த ஒரு காரியம் கை கூடுதல் எனப் பலவிதத்தில் நன்மை ஏற்பட



பணத்தின் அருமை தெரிந்தவர்கள் நாங்கள்.

லாம். குறிப்பாக நீங்கள் கன்னி அல்லது மீனம் ஆகிய லக்கினங்களில் பிறந்திருந்தால் நல்லதொரு மாதமாக அமையும். சுப்பிரமண்ய புஜங்க மாலை படிப்பது, மிருத்யுஞ் ஜய ஜபத்தைச் சொல்லுதல், செவ்வாய், சனி, வியாழக்கிழமைகளில் நவக்கிரகத்தைச் சுற்றி விட்டு அர்ச்சனை செய்தல் நன்மை தரும்.



தனுசு ராசி :



மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1- ஆம் பாதம்.

சுக்கிரன், ராகு, சனி ஆகியவர்கள் உங்களுக்கு உறுதுணையாக இருக்கிறார்கள். எனவே, சுபகாரியம் ஒன்று நடக்கும். அது மகளின் அல்லது மகனின் திருமணமாகக் கூட இருக்கும். இராகுவால் வாகன யோகம், தொலைதூரப் பிரயாணம் செல்லும் வாய்ப்பு ஏற்படலாம். சனீஸ்வரன் சகோதரர்கள் மூலம் உதவி செய்யலாம். மாதத்தின் முற்பகுதியில் 9, 10 க்கும் இடையே சூரியனும், புதனும் சேர்வதால் நீண்ட காலமாகத் தேங்கி நிற்கின்ற பணி அல்லது, வழக்கு இவை சிறப்பாக முடியும். மாதத்தின் பிற்பகுதியில் சூரியனும் கடகத்தில் வக்கிரம் பெறும் செவ்வாயும் உங்களுக்கு ஏதேனும் புதுத் தொழில் அல்லது புதிய பதவி ஒன்றைப் பெறுவதற்கு உதவலாம். கலைஞர்களும், அரசுப் பணியாளர்களும் சிறப்பிக்கப்படுவார்கள். வீடு வாங்கும் யோகமும் உண்டு. அல்லது பழையதை விற்றுப் புதிய நகைக்கூட வாங்கலாம். 5 - இல் உள்ள கேது உங்கள் குழந்தைகள் கல்வி விஷயமாக உங்களுக்குக் கவலையை உண்டாக்கலாம். அதேசமயம் அவர்களிடம் கடுமையாக நடந்து கொள்ளாமல் பாசத்துடன் அன்பைப் பொழிந்து உற்சாகம் ஊட்டினாலே கூடப் போதும். அதுவே சிறந்த பரிகாரமும் கூட. புருஷ ஸூக்தம், சஷ்டி கவசம் இவற்றைப் படிப்பது நல்லது. தாய்வழி உறவினர் ஒருவரைப் பற்றிய கவலை ஏற்பட்டுச் சரியாகலாம். 12 - இல் குரு விரும்பத்தகாத இடத்திற்கு உங்களை மாற்றுவதற்கு வழிவகுக்கலாம். எனவே ஆலங்குடிக்குச் சென்று வருதலோ அல்லது தபால் மூலம் பிரசாதம் பெறுவதோ நல்லது. அது பணவிரயத்தைத் தடுத்து நிறுத்தலாம்.



மகர ராசி :



உத்திராடம், 2, 3, 4 ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

இராசி நாதன் ஆட்சியில் ஏழரைச் சனியின் கெடுபிடி குறையும். சிறந்த சுபரான குருவும், மற்றொரு சுபரான சுக்கிரனும் போட்டி போட்டுக் கொண்டு உதவும் நிலையில் உள்ளனர். தசாபுக்தி சரியாக இருந்து அரசியலிலும் செல்வாக்கு இருக்குமேயானால் நீங்கள் அமைச்சராகக் கூட ஆகலாம். தனியார்த் துறையிலும், பொது நிறுவனங்களிலும் உள்ளவர்களுக்குப் பதவி உயர்வு கிடைக்கும். வெளிநாட்டுப் பிரயாணம் ஒன்று ஏற்படும். இசை வல்லுநர்களுக்கும் கலைஞர்களுக்கும் பாராட்டும், பரிசும், நடிப்புத் துறையினருக்குப் புது ஒப்பந்தமும் கிடைக்கும். அதனால் தனலாபமும் உண்டு. கேதுவால் உடல்நிலை, குறிப்பாக வயிற்றுத் தொந்தரவு உண்டாகலாம். அதனால் உணவு விஷயத்தில் கவனம் தேவை. குடிக்கும் நீரைக் கூடத் தூய்மையுடையதாகச் செய்து பருகுவது நல்லது. உஷ்ணத்தையும், வாயுவையும் தூக்கிவிடும் உணவுப் பொருட்களை மிகவும் குறைப்பது நல்லது. புதனின் சஞ்சாரம் திருப்தியாக இல்லை. எனவே, தாய்மாமன் வகையால் வருத்தம் ஏற்படும் நிகழ்ச்சிகள் நடக்கலாம். அவர்களது உடல்நிலை கூடப் பாதிக்கப்படலாம். எனவே, அவர்களுக்காக நீங்கள் நரசிம்ம ஸ்தோத்திரம், ஆதித்ய ஹிருதயம் ஆகியவற்றைப் படிக்கலாம். நீண்ட நாட்களாகத் தலைவலி கொடுத்து வந்த அரசு சம்பந்தமான விஷயத்தில் முடிவு ஒன்று ஏற்படலாம். அது உங்களுக்குச் சாதகமாக அமையலாம். வீட்டில் அமைதி நிலவும். பணிபுரியும் இடத்தில் நல்லதொரு நிலை உருவாகவும், வேதவித்துக்களைக் கொண்டு ஐக்கிய ஜபம் செய்வது நல்லது.



கும்ப ராசி :



அவிட்டம் 3, 4 ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

சனியும், கேதுவும், சுக்கிரனும் தவிர மற்ற கிரகங்கள் அனைத்துமே அனுகூலமான நிலையில் இல்லை. எனவே தொழில் துறையினர், அரசுத் துறையில் பணிபுரிவோர், வங்கித் துறையினர், எழுத்தாளர்கள் ஆகிய அனைவருமே மிகவும் கவனமுடன் பணியாற்ற வேண்டிய கால கட்டம். ஒரு சிறு கவனக்குறைவும், பணநஷ்டத்தையும் பதவிக்கு ஆபத்தையும் தந்துவிடலாம். எனினும் இராசிநாதன் ஆட்சியில் இருப்பதால் விபரீதமாக ஏதும் நடந்துவிடாது. சுக்கிரன் விருந்து கேளிக்கைகளில் கலந்து கொள்ள வைப்பார். அதனால் உங்கள் வீட்டிலும் சுபநிகழ்ச்சிக்கு ஏற்பாடு ஆகும். கேதுவின் அருள் நன்கு கிடைக்கும். அதனால் எப்பொழுது என்ன செய்ய

வேண்டும் எனும் திறன் உங்களிடம் தானா கவே வந்துசேரும். அலைச்சல் மிக்க மாதமாக இருக்கும். செவ்வாய் கடகத்திற்கு வரும் சமயம் பழைய கடன் ஒன்றைத் தீர்க்கத் தகுந்த அளவிற்கு எதிர்பாராத தனலாபம் கிடைக்கும். உடல்நிலை சற்று பாதிக்கப் படலாம். வீட்டில் புதன், சனிக்கிழமைகளில் விஷ்ணு சஹஸ்ரநாமத்தைக் கேளுங்கள் திருமுருகாற்றுப் படையைப் படிப்பதும் நல்லது. ராகுவால் சில பிரச்னைகள் தோன்ற லாம். அது தொழில் ரீதியாகவும் வர லாம் அல்லது புத்திரர்களின் கல்வி சம்பந்த மாக வும் கூட இருக்கலாம். ஆனால் ஞானகார கர்களில் ஒருவரான கேது உங்களுக்குச் சாதகமான நிலையில் இருப்பதால் விநாயக ருக்கு அர்ச்சனை செய்து அவர் மூலம் நன் மையை அடைய முடியும். கேதுவின் அதி தேவதையே கணநாதர்தானே! முழு முதல் கடவுளான கணபதி சாதகமாக நின்றால் மற்றவர்கள் எப்படி பாதகத்தை உண்டாக்க முடியும்?



மீன ராசி :

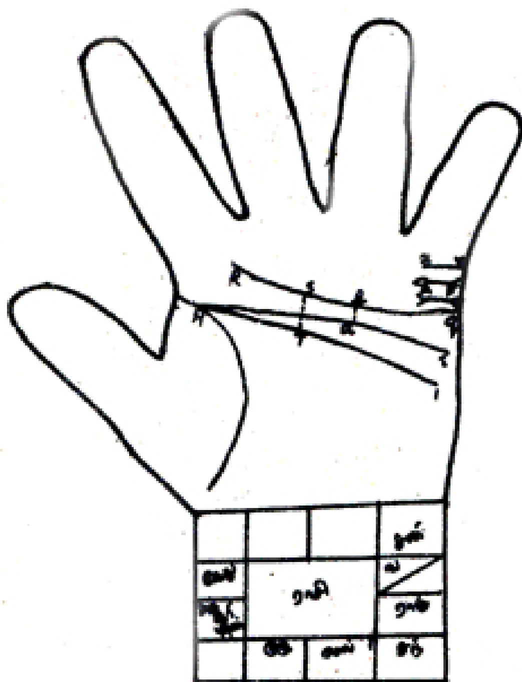


பூரட்டாதி 4 - ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

மாதத்தின் முற்பகுதியில் சூரியனும் அங்காரகனும் உதவும் நிலை மற்றும் மாதம் பூராவும் சுக்கிரனும், குருவும் உங்களுக்கு உகந்த நிலையில் உலவுகிறார்கள். எனவே, சுபநிகழ்ச்சிகள் திட்டமிட்டபடி நடக்கும். அல்லது புதிதாக ஏற்பாடு ஆகும். திருமணம் எதிர்பார்த்தபடி கைகூடிவரும். லாபஸ்தா னத்தில் உள்ள புதன் மருத்துவத் துறை, ஜோதிடத் துறை, இரசாயனத் துறை மற்றும் வியாபார, தொழில் துறைகளில் உள்ள அனைவருக்கும் நல்லதொரு லாபம் அருள இருக்கிறார். நன்கு பயன்படுத்திக் கொள் ளுங்கள். 8 - ஆம் இடத்து இராகுவும், இரண் டாம் இடத்துக் கேதுவும், சில தடங்கல்களை ஏற்படுத்தினாலும் இராசிநாதனின் பார்வை இராசிக்கு இருப்பதால் கவலைப்படத் தேவையில்லை. குழந்தைகளின் கல்வி நலன் நன்றாக இருக்கும். நல்ல முறையில் பயின்று திறமையைக் காட்டுவார்கள். தாய் வகை உறவினர் வீட்டில் சுபநிகழ்ச்சிகள் நடக்கும். அது திருமணமாகவும் இருக்கலாம். அல்லது உபநயனம், கிரகப் பிரவேசம் என ஏதோ ஒன்றாகவும் இருக்கலாம். மக்கள் செல்வத்தை எதிர்பார்த்து நிற்பவர்களுக்குப் புத்திரப் [illegible] அருளலாம். [illegible] மாதத்தில் குழந்தை [illegible] பிறப்பதற்கான பரி காரத்தைச் செய்தால் வெற்றி அடையலாம். நாகசாந்தி, ஸ்ரீ சந்தான கிருஷ்ண ஹோமம், இராமேசுவர யாத்திரை, நாகப் பிரதிஷ்டை என எந்த ஒரு பரிகாரத்தையும் இந்த இராசிக்காரர்கள் செய்தால் பலன் கைமேல் கிடைக்கும். கணவன் மனைவியிடையே உள்ள பிணக் கைத் தீர்க்க ஐக்கிய ஜபமும் செய்யலாம்.



அந்த நீதிபதி தனக்கு முன் அமர்ந்து பேசிக் கொண்டிருந்த பெண்ணின் பேச்சி லிருந்த வேகம், ஆத்திரம், அலட்சியம் மற்றும் ஆவேசம் அனைத்தையும் நன்கு கவனித்துக் கொண்டிருந்தார். "என்னை அடிமை என்று நினைக்கும் அந்த மனிதருடன் இனி நான் வாழ விரும்பவில்லை. அவரில்லாமல் என் னால் வாழ முடியும். நானும் நாலாயிரத்துக்கு மேல் சம்பாதிக்கும் நிலையில்தான் இருக் கிறேன். எனவே, தயவு செய்து விவாகரத்து வேண்டாமென்று வற்புறுத்திப் பயனில்லை. மன்னித்துக் கொள்ளுங்கள்" என்று முடித் தாள். பார்த்தார் நீதிபதி. "சரி, நீ போகலாம்" எனக் கூறி அவளை அனுப்பிவிட்டு அடுத்த அறைக்குச் சென்றார். அங்கே ஓர் இளை ஞன் அவரைக் கண்டதும் எழுந்து நின்று மரியாதை செய்ய, அவனை அவர் உட்கா ரும்படி கூறிவிட்டு, அவன் என்ன கூறு கிறான் என்பதைக் கேட்க விரும்பினார். அந்தப் பெண்ணைப் போலவே, "மனிதனை மனிதனாகவே மதிக்கத் தெரியாத ஒரு பெண் ணுடன் எப்படி வாழ முடியும்? அவளுக்குத் தான் சம்பாதிக்கிறோம் என்பது மட்டுமல்ல, என்னைவிட ரூ. 500 சம்பாதிக்கிறோம் என்ற அகங்காரம். கொஞ்சங்கூட எனக்கு மரி யாதையே இல்லை. ஏதோ எங்கள் குடும்பமே அவள் தயவில்தான் வாழ்வதாக ஒரு நினைப்பு - என் தாயாரைக் கண்டால் அவ்வளவு அலட்சி யமாக நடக்கிறாள். நேரம் கழித்து வந்தால் ஏன் என்று கேட்கக் கூடாது. இஷ்டத்திற்குச் சிநேகிதிகளைக் கூட்டிக் கொண்டு வெளியே போவது, பார்ட்டி, அது, இது எனக் கூத்தடிப் பது. இதெல்லாம் தேவையா? எனவே, இவ் வளவுடன் வாழ்வது இயலாது. விவாக ரத்து ஒன்றே வழி" எனப் பொரிந்து தள்ளிய அவனது உணர்வுகள், ஆவேசம், வேதனை அனைத்தையும் கவனித்து, வந்த நீதிபதி மீண்டும் அந்தப் பெண்ணைக் கூப்பிட்டு



ஓராண்டு காலம் இருவரும் பிரிந்திருப்பதுடன், எந்தவிதக் கடிதத் தொடர்போ, சந்திப்போ இருக்கக் கூடாது எனவும் அதன் பின்பே தீர்ப்புக் கூறப்படும் என்றும் கூறி அனுப்பி விட்டார். சென்ற ஆண்டுதான் ஊர் அறிய, உற்ற சுற்றமும், நட்பும் சூழச் சிறப்பாக நடத்தப்பட்ட திருமணத்தின் மூலம் ஒன்றாக இணைந்த அவர்கள் இன்று இந்த நிலைக்கு வந்த தன் காரணத்தை ஜோதிடக்கலை, கைரேகைக் கலை, ஆகியவற்றின் மூலம் முன்கூட்டியே அறிந்திட முடியும். பொருத்தம் பார்க்கும் போது வெறும் நட்சத்திர, ராசிப் பொருத்தங்களை மட்டும் பார்க்காமல் முறைப்படி தோஷ சாம்யத்தினைக் கணக்கிட்டுச் சேர்த்தால் இப்படிப்பட்ட விவகாரத்திற்கு இடமே இருந்திருக்காது. ஜாதகங்களும் துல்லியமாகக் கணக்கிடப்பட்டிருக்க வேண்டும். அப்படி இல்லை என்றால் சேர்க்கச் சொன்ன ஜோதிடரைக் குறை கூறிப் பயனில்லை.

குறிப்பாக ஆண், பெண் இருவர் கையிலும் தாரா ரேகை எனப்படும் திருமண ரேகை (x-y) நேராகவும், சீராகவும் அமைந்திருக்க வேண்டும். அப்படி இல்லாமல் அந்த ரேகையில் ஒரு தீவோ (m-n) நுனியிலோ (a) அடிப்பாகத்திலோ கவை இருக்கக் கூடாது. அத்துடன் புத்திர ரேகையும் (q-r) இருதய ரேகையும் (h-i) சரியான இடைவெளி விட்டுச் சென்றிருக்க வேண்டும். குறைந்த அளவே (a-b) இடைவெளி இருப்பின் தம்பதிகளிடம் ஒற்றுமையும், நெருக்கமும் இருக்காது. இருவரில் ஒருவர் கையில் இருந்தால் கூட அந்தப் பிரிவுக்குக் காரணம் அவரே என அறியலாம். இதையே ஜாதகங்களைப் பொறுத்துப் பார்க்கும்போது 7 ஆம் இடம், 4 ஆம் இடம், 12 ஆம் இடம் இவைகளுடன் 2 ஆம் இடத்தையும், 8 ஆம் இடத்தையும் பார்த்து இரண்டு ஜாதகங்களிலும் மேற்கண்ட இடங்களில் பாபிகள் சமமாக அமர்ந்துள்ளனரா என்றும் பார்க்க வேண்டும். சில சமயம் ஆணின் 5 ஆம் இடத்திலுள்ள குறையும், பெண் ஜாதகத்தில் 9 ஆம் இடத்தில் உள்ள குறையும் கூட விவாகரத்துக்கு வழிவகுத்துவிடும். கடைசியாகக் கூறப்பட்ட இரு இடங்களும் குழந்தைகளைப் பற்றி அறிந்து கொள்ள உதவும் இடமாகும். படத்தில் உள்ள கைரேகை கிரக அமைப்புகள் உதாரணத்திற்கே கொடுக்கப்பட்டுள்ளன.

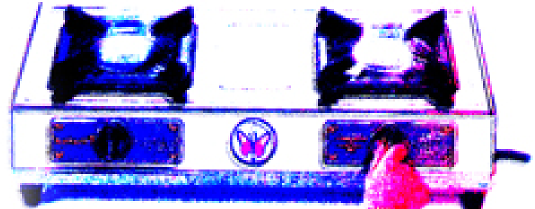
பூர்வ ஜென்மத்துப் பாவ புண்ணியத்திற்கு ஏற்ப அறிந்தோ அல்லது அறியாமலோ இணைந்து இடையில் பிரிவினைக்குத் தயாராக உள்ளவர்களின் ஜாதக அமைப்பை அறிந்து குறைகளுக்குக் காரணமான கிரகங்களுக்குரிய பரிகாரங்களைச் செய்தால் மீண்டும் இணையும் வாய்ப்பு கட்டாயம் ஏற்படும். இவற்றில் கட்டாயம் செய்ய வேண்டிய பரிகாரம் ஐக்கிய ஜபமும், அது சம்பந்தமான ஹோமமுமே பிரதானமாகும். அத்துடன் ஜோதிடர்களிடம் சரியாகவும், துல்லியமாகவும் கணிக்கப்பட்ட ஜாதகங்களைக் கொடுக்க வேண்டியது அவசியம். குறிப்பிட்ட ஜோடியைச் சேர்க்க வேண்டும் என்பதற்காகச் சோதிடத்தின்பால் நம்பிக்கை இல்லாமல் ஜாதகத்தில் இஷ்டத்திற்கு மாற்றம் செய்து தருவது போன்றவை சரியில்லை அல்லவா? ஆயிரம் காலத்துப் பயிர் ஆறு மாதத்தில் வாடி விடாமல் இருக்க நல்லதொரு மணப்பொருத்தம் மிகமிக அவசியம் என்பதைக் கூறித்தான் ஆகவேண்டும். இந்த மணப்பொருத்தமானது, பணம், அந்தஸ்து, பதவி ஆகியவைகளுக்கு அப்பாற்பட்ட யதார்த்த நிலையில் ஒருவரையொருவர் புரிந்து கொண்டு விட்டுக் கொடுத்தல், அனுசரித்துச் செல்லுதல், பொறுமையைக் கடைப்பிடித்தல் போன்றவற்றை அடிப்படையாகக் கொண்டிருந்தால் அது நிச்சயமாக ஆயிரங்காலப் பயிராகவே செழித்திருக்கும்.

— ஜெயலட்சுமி கிருஷ்ணன்



இதோ அறிமுகம்

இல்லத்தரசிகள், பொருளாதார வல்லுநர்கள் மற்றும் சுற்றுப்புறச் சூழலில் அக்கறை உள்ளவர்கள்:- இவர்களுக்காகவே விசேஷமாக உருவாக்கப்பட்ட LPG ஸ்டவ்.



பட்டர்ஃபிளை பலநாடுகளில் செயலாற்றும் இந்திய நிறுவனம். ரஷ்யா, மொரிஷியஸ் நாடுகளில் பட்டர்ஃபிளை தொழில் நுட்பத்துடன் கூட்டுத் தொழில், மற்றும் உலகம் முழுவதும் ஏற்றுமதி. இப்போது மற்றுமோர் உலகத்தரம் வாய்ந்த பட்டர்ஃபிளை தயாரிப்பு புதிய பட்டர்ஃபிளை ஆட்டோ இக்னிஷன் LPG ஸ்டவ். ஆட்டோ இக்னிஷன், நீலநிற ஜுவாலை, பித்தளை பர்னர்கள், ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் அமைப்பு, கியாஸ் சேமிப்போ அதிகம். அது நம் நாட்டுக்கு பெருமை சேர்க்கும் பொருளாதார வல்லுனர்களையும் மகிழ்விக்கும். மரங்கள் அழியாமல் பசுமையான உலகுக்கு வழி வகுக்கும். ஆம் ஆட்டோ-இக்னிஷன் இல்லையென்றால் தீக்குச்சிகளுக்காக எத்தனை மரங்கள் வெட்டப்படும் என்பதை எண்ணிப் பாருங்கள். இது உலகளவில் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது அல்லவா? அத்துடன் உங்கள் மீது எங்களுக்கு உள்ள அக்கறையையும் எண்ணிப் பாருங்கள்... இந்திய பண்பாயிற்றே அது!





பட்டர்ஃபிளை

ஆட்டோ-இக்னிஷன் LPG ஸ்டவ்

மரங்களைப் பாதுகாக்க உதவி.
பசுமையான உலகுக்கு வழிகாட்டி

Insight-368

காந்திமதி அப்ளயன்சஸ் லிட், 272, மவுண்ட் ரோடு, தேனாம்பேட்டை, சென்னை 600 018 தொலைபேசி : 4347095, 4346385, 4345607



மதுரையில் மங்கையர் மலர் & ராகா ஹெர்பல் பவுடர் இணைந்தளித்த மகளிர் விழாவில் மருத்துவம், அழகுக் கலை. இயற்கை உணவு பற்றிய சுவையான நிகழ்ச்சி ஒன்று நடந்தது.

இந்தக் கலந்துரையாடலை நடத்த சென்னையிலிருந்து தமிழ்நாடு மருத்துவமனையைச் சார்ந்த டாக்டர் வசந்தா சிவானந்தம், பதினெண் சித்தர் ஆராய்ச்சி நிறுவனத்தைச் சார்ந்த சிநேகலதா இளங்கோவன், அழகுக்கலை நிபுணர் மைதிலி பாபு, பொதட்டூர் பேட்டை மூலிகைமணி இ. எம். சோமசுந்தரம் ஆகியோர் வந்திருந்தனர். மங்கையர் மலர் ஆசிரியர் மஞ்சுளா ரமேஷ், 'ராகா' உரிமையாளர் குமார வேலு ஆகியோரும் மேடையில் அமர்ந்திருக்க நிகழ்ச்சி ஆரம்பமாகியது.

ஒவ்வொருவரும் தங்கள் துறை பற்றிப் பத்து நிமிடங் கள் பேசினார்கள். சோமசுந்தரம் ஏராளமான கீரை வகை களை எடுத்துக் கொண்டு வந்து காண்பித்து விளக்கங்கள் கூறியது சுவையாக, பயனுள்ளதாக இருந்தது. பின்னர் இவர்கள் அனைவரும் வாசகிகளின் கேள்விகளுக்குப் பதி லளிக்கத் துவங்கினர்.



என் கேள்விக்கு என்ன பதில்?

கேள்வி : (வாசகி பெயர் சொல்லவில்லை) எனக்கு வறண்ட தோல். சோப்பு உபயோகிக்க முடியவில்லை. என்ன செய்வது?

மைதிலி பாபு : உடம்பில் அரிப்பு இல்லை என்றால் பாசிப் பருப்பு மாவு உபயோகிக்கலாம். மாய்ஸ்சரைசர் போட லாம். கடலை மாவு பால் ஏடு இரண்டையும் கலந்து பூசிக் கொள்ளலாம். சில வேளைகளில் மஞ்சள் அதிகம் போடுவ தால் கூட வறண்ட தோல் உண்டாகும் வாய்ப்பு உண்டு. பாதாம்பருப்பு அரைத்துப் பூசலாம். ஆனால் அது விலை அதிகம். மருந்து கலந்த சோப் (மெடிகேடட் சோப்) உப யோகிக்கலாம். ஒரே வகையான சோப்பை உபயோகிக்க வேண்டும். அடிக்கடி வேறு சோப்பை மாற்றி உபயோகிக்கக் கூடாது.



கேள்வி : கருத்தரித்து 60, 70 நாட்களில் பயங்கரமான இடிச்சத்தத்தைக் கேட்டால் குழந்தைக்கு உடல்ரீதியாக, மனரீதியாக ஏதாவது பாதிப்பு ஏற்படுமா?

டாக்டர் வசந்தா : அதிர்ச்சியில் கருச்சிதைவு ஏற் படலாம். கருவிலுள்ள குழந்தைக்கு மனபாதிப்பு எதுவும் ஏற்படாது. இதற்கு விஞ்ஞானரீதியாக நிரூபணம் இல்லை.

மஞ்சு ராஜகோபால் : மனித உடல் எத்தனை வயது வரை மருத்துவர் தரும் மருந்தை ஏற்றுக் கொள்ளும்?



டாக்டர் வசந்தா : இது வயதைப் பொறுத்த விஷயமல்ல. நோய் எப்படிப்பட்டது? வியாதி எந்த உறுப்பைப் பாதித் திருக்கிறது என்பதைப் பொறுத்தது. நீண்ட காலமாக உள்ள நோயா என்றும் பார்க்க வேண்டும்.

கேள்வி : கீரை சாப்பிட்டால் வயிற்றுப் போக்கு உண் டாகிறது. வயிற்றுப்போக்கை நீக்க மாற்றுக் கீரை ஏதாவது உண்டா?

சோமசுந்தரம் : மாதுளை, மாதுளம் துளிர், காய், பட்டை சாப்பிடலாம். ஆவாரம்பூ, நன்னாரி, இச்சிலிக் கிழங்கு வயிற்றுப் போக்கை நிறுத்தும். சாதத்தை உப்புப் போடாமல் கரைத்துக் குடித்தாலும் வயிற்றுப் போக்கு நிற்கும்.

சுமதி ராஜகோபால் : முழங்கால் மூட்டு வலிக்காக முழங்கால் மூட்டில் எலாஸ்டிக் பட்டி அணிந்திருக்கிறேன். தொடர்ந்து அணியலாமா?

டாக்டர் வசந்தா : நீண்ட நேரம் அல்லது தொடர்ந்து முழங்கால் மூட்டின் மேல் எலாஸ்டிக் பட்டை அணிந்தால் இரத்த ஓட்டத்தைத் தடைசெய்து மேலும் கெடுதல் செய்யும். நாள் முழுவதும் தசைகளுக்கு வேலை கொடுக்கும்போது இரத்த





ஓட்டத்திற்குத் தடை கூடாது. வைட்டமின் E சாப் பிடலாம். மூட்டு வலி குறையும்.

கேள்வி: (பெயர் சொல்லவில்லை), வள்ளக்கீரை நல்லதா, வல்லாரைக் கீரை நல்லதா?

சிநேகலதா : வல்லாரைக் கீரை நல்லது.

கேள்வி : வல்லாரை கேப்சூல் சாப்பிட்டு பக்கவிளைவு வந்தது. என்ன செய்யலாம்.?

சிநேகலதா : எந்த மருந்தையும் டாக்டரிடம் ஆலோ சனை பெற்றுச் சாப்பிட வேண்டும். வல்லாரைக்குப் பதில் பிரம் மிவிடா சாப்பிடலாம். நல்லது. மதுரையில் மாப்பிள்ளை விநாயகர் நிறுவனத்தில் கிடைக்கும்.

கேள்வி : என் பெண்ணுக்கு 25 வயதாகிறது. இன்னும் பருவமடையவில்லை. சித்த மருத்துவத்தில் ஏதாவது செய்ய முடியாமா?

சிநேகலதா : நேரில் வந்தால் சோதனை செய்து சொல்லலாம்.

கேள்வி : கல்யாண நாள், கோவிலுக்குச் செல்லுதல், ஹனிமூன் போதல் என்று மாதவிலக்கைத் தள்ளிப்போட மருந்து

சாப்பிடுகிறார்கள். இது நல்லதா?

டாக்டர் வசந்தா : நல்லது அல்ல. டாக்டரிடம் கேட்டு மருந்து சாப்பிட வேண்டும். மருந்தைத் தெரிந்து கொண்டு இஷ்டம் போல் சாப்பிடுவது மிகவும் கெடுதல். இன்னும் ஓவர் டோஸ் எடுப்பது மிகவும் கெடுதல். மாதவிலக்கு என்பது இயற்கை கொடுத்தது. அது மாதாமாதம் வந்தே ஆகவேண்டும். நம் சௌகர்யத்திற்குத் தள்ளிப் போடுவதால் உடலில் ஹார்மோன் சுழற்சி தடுமாறி அதனால் பல கெடுதல்கள் வரும்.

அக்தார் சலீம் : மைக்ரோ வேவ் அடுப்பால் உடலுக்குக் கெடுதலா?

டாக்டர் வசந்தா : கெடுதல் இல்லை.

கேள்வி : முகத்திற்கு பிளீச்சிங் செய்கிறோம். கெடுதலா?

மைதிலி : அடிக்கடி பண்ணுவது கெடுதல் தான். இங்கே அமோனியம் ஹைட்ரஜன் பெர் ஆக்ஸைடு, இறக்குமதி செய்யப்பட்ட பிளீச்சர்ஸ் உபயோகிக் கிறார்கள். இவற்றையெல்லாம் அடிக்கடி உபயோகிப்பது கெடுதல் அளிக்கும். இரண்டு மாதத்திற்கு ஒரு தடவை உபயோகிப்பது நல்லது.

கேள்வி : சிலர் 30 வயதுக்குமேல் பிளீச்சிங் செய்யக் கூடாது என்கிறார்களே? செய்யலாமா?

மைதிலி : செய்யலாம். அதிக இடைவெளியில்.

சாரதா தேவி : குழந்தைக்கு உரை மருந்து எத்தனை வயது வரை கொடுக்கலாம்?

சிநேகலதா : குழந்தைக்கு ஒரு வயதிலிருந்து மூன்று வயது வரை சித்தரத்தை, அதிமதுரம் தாய்ப்பாலில் உரசி நாக்கில் தேன் கலந்து வைக்கலாம். எங்கள் தயாரிப்பில் சுக்கு மிளகு போன்ற 24 மருந்துகளை ஒன்றாக்கித் தயாரித்த உரை மருந்து உள்ளது. அதை மூன்று வயது வரை கொடுக்கலாம். வயிற்றுப் போக்கு, ஜுரம் இவற்றைப் போக்கும். தினமோ அல்லது ஒரு நாள் விட்டு ஒரு நாளோ கொடுக்கலாம். ஆனால் எவ்வளவு கொடுக்க வேண்டும் என்பதை மருத்துவரிடம் தெரிந்து கொண்டு கொடுங்கள்.

கேள்வி : (Fat sucking Treatment) கொழுப்பை உறிஞ்சி எடுக்கும் மருத்துவம் செய்யலாமா?

டாக்டர் வசந்தா : கொழுப்பு உறிஞ்சிய பகுதியில் குறைந்தும் மற்ற பகுதிகளில் கொழுப்பு அதிகமாகவும் தெரியும் வாய்ப்பு உண்டு. தொப்புளுக்குக் கீழே மட்டும் செய்யலாம். இது ஓரளவு அழகுக் கலையைச் சார்ந்தது. அதற்குப் பின் உடல் எடையை ஒரே சீராக வைத்திருக்க வேண்டும்.

கேள்வி : மாதவிலக்கு ஒழுங்காக இல்லாமல் இருக்கிறது. மாதவிலக்கு ஆகும் நாட்கள் முறையில்லாமல் இருக்கின்றன. இதனால் கருச்சிதைவு ஏற்படும் வாய்ப்பு உண்டா?

டாக்டர் வசந்தா : மாதவிலக்கு முறையாக இல்லை என்றால் குழந்தை உண்டாகும் வாய்ப்பு மிகவும் குறைவு. இருந்தாலும் இதற்குப் பொதுவாகப் பதில் சொல்ல இயலாது.

சசிகலா கிருஷ்ணமூர்த்தி : ஈஸ்ட்ரோஜன் (Estrogen) ஊசி போடுவதால் நரை வருமா?

டாக்டர் வசந்தா : நரை வராது. ஆனால் மனச்சோர்வு வரலாம். மருத்துவரிடம் ஆலோசனை பெற்று ஊசி போட்டுக் கொள்ள வேண்டும்.

சுகந்தி - மாதவிலக்கு ஆவதற்கு முன் இரண்டு நாட்களும் முடிந்தபின் ஒரு நாள் முழுதும் தலைவலி இருக்கிறது. மருந்தினால் தீரவில்லை. தீர்க்க முடியுமா?

டாக்டர் வசந்தா : இது பல பிரச்னைகள் சம்பந்தப்பட்டது. நரம்பியல் வல்லுநரை (Nurologist) சந்தித்துப் பார்ப்பது நல்லது.

கேள்வி : கர்ப்பப் பையில் புண் இருப்பதை எவ்வித அறிகுறிகளால் அறியலாம்?

டாக்டர் வசந்தா : அரிப்பு, இரண்டு மாத விலக்குகளுக்கு இடையில் இரத்தப் போக்கு, முதுகு, பின்பகுதியில் வலி இருந்தால் கர்ப்பப்பையில் புண் இருக்கிறது என்பது அறிகுறி.

கேள்வி : என் பையனுக்கு வயிற்றின் வலது பக்கம் மூன்று தடவை வலி வந்து போனது. குடல் இறக்கத்தால் வந்த வலி என்று நினைத்தோம். டாக்டரிடம் காட்டியபோது வலி இல்லை. இப்பொழுதும் வலி இல்லை. குடல்வால் இறக்கம் (அப்பண்டிசைடிஸ்) நோய் வருமா?

டாக்டர் வசந்தா : (Ultra Sound Scan) அல்ட்ரா சவுண்ட் ஸ்கேன் எடுத்துப் பார்த்தால் தெரியும்.



லஸ்ஸியில் சீனியைக் குறைத்து தேன் ஊற்றி ஃபிரிட்ஜில் சிறிது நேரம் வைத்திருந்து பிறகு பருகினால் சுவை அதிகமாக இருக்கும்.

-ஆர்.மல்லிகா

ஆரோக்கியத்தோடு நீண்ட காலம் வாழவேண்டுமா ?



அப்படியானால் ...

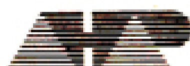
அஸ்வினி ஹோமியோ ஹேர் ஆயில்

பாட்டிலுடன் இலவசமாக கிடைக்கும் பாக்கெட் டெலிபோன் இன்டெக்ஸிலுள்ள சுகாதார முறைகளை படித்து, பின்பற்றி ஆரோக்கியத்துடன்வாழுங்கள். உங்கள்அபிப்பிராயங்களை எங்களுக்கு எழுதி தெரியப் படுத்துங்கள்.

தலை தைலங்களில் சிறந்தது அஸ்வினி ஹோமியோ ஹேர் ஆயில்

- லட்சக் கணக்கான மக்களின் தலைமுடி பிரச்சனைகளைத் தீர்த்து, தலைவலியை அகற்றி, ஆந்திரப் பிரதேசத்தில் முதன்மை இடத்தை அடைந்துள்ளது.
- தமிழ்நாடு, புதுவை, கர்நாடகா மாநிலங்களில் வெற்றிச் சங்கை முழங்குகிறது.
- தூய தேங்காய் எண்ணெய் மற்றும் பாரம்பரியமான ஹோமியோ மருந்துகளோடு தயாரிக்கப் பட்டது.
- தலைமுடி உதிராமலும், வெள்ளையாக மாறாமலும் தடுக்கிறது.
- அடர்த்தியான, மிருதுவான, ஆரோக்கியமான கூந்தல் வளர உதவுகிறது.
- பிசுக்கற்றது, மூளைக்கு குளிர்ச்சியை தருகிறது.
- உச்சந்தலைவலியை போக்கிவிடுகிறது.





விற்பனைக்கு விடுவோர் :

அஸ்வினி ஹோமியோ & ஆயுர்வேதிக் பிராடக்ட்ஸ் லிமிடெட்

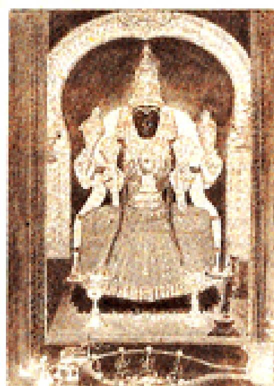
மூஸாபேட், ஐதராபாத் 600 018

Kachchi Moodoor Archakas Welfare Trust (Regd.)

Regd. Office : No. 1, Salai Street, Kancheepuram - 631 502
Admn. Office : No. 10, II Main Road, Kotturpuram, Madras - 600 085. Phone : 411936







APPEAL

Temples and Archakas in many villages have become indigent due to the deprivation of subsistence provided to them, from their age-old endowments. In 1986, Poojyasri Chandrasekharendra Saraswathi Swamigal of Kamakoti Peetam, ordained a detailed Scheme involving prescribing of suitable sylabi, holding of oral examinations etc., for selecting deserving Archakas and aid them on a continuable basis for performing daily poojas in the respective temples. To implement the scheme, His Holiness formed this trust and designated it as above, praying to Sri Kanchi Kamakshi, to shower Her Blessings on the Donors and Beneficiaries.

This trust started assisting five Archakas each with Rs. 100/- per mensem from June '87 and by the Grace of the Jagadguru is helping now, each of the 202 beneficiaries - 25 Bhattacharyas + 93 Sivachariars + 84 Hereditary Poojaris - with Rs. 225/- per month. Eligible beneficiaries are also provided with an Insurance coverage of Rs. 10,000/- each. The expenses are met from the interest earnings on the present investments of Rs. 51 lakhs.

In order to serve additionally new batches selected every year and to raise the quantum of aid periodically, the Corpus Fund has to keep on increasing. According to Mahaperiyava, this should be achieved solely through donations - offerings from Devotees and contributions from interested organisations. Hence this appeal for donations.

The Great Sage of Kanchi has also given the Guidance that while Devotees with a monthly gross income of less than Rs. 4,000/- can contribute any amount, the other Devotees are required to offer their one month's gross income, at least once in their life-time, either in one lumpsum or in two or three convenient instalments. Otherwise, they can themselves save small amounts periodically and send the said consolidated amount, later to this Trust. Exemption under Section 80G of Income-tax Act is available. This Trust is registered also uncer FCRA to receive donations from abroad.

Donations may kindly be sent to the Administrative Office at the address given above, by Mondy Order / Crossed Cheque / Demand Draft drawn in favour of 'Kachchi Moodoor Archakas Welfare Trust'. Instruments like Indira Vikas Pathras and legacies to this Trust are also accepted. Donations to this Trust may be made at Srimatam, Kancheepuram, also.

May I, on behalf of the Trust, once again appeal to all Devotees and Organisations, interested in helping to preserve our rich Heritage, to donate for this noble cause espoused by this Great Avatar.

N. Krishnaswamy Reddy

January 1995

Justice N. Krishnaswamy Reddy (Retd.)
Chairman of the Trust

சரளா : பதினேழு வயதிலிருந்து இருபத்திரண்டு வயதுள்ள என் கல்லூரித் தோழிகளுக்குக் காக்கைவலிப்பு வந்து பார்த்திருக்கிறேன். அலோபதி வைத்தியத்தில் முழுதாகக் குணம் தெரியவில்லை. கைநடுக்கம் இருக்கிறது. சித்த வைத்தியத்தில் பூரண குணம் கிடைக்குமா? அதைத் தடுக்கும் கீரைகள், மூலிகைகள் ஏதாவது உண்டா?

சிநேகலதா : முழு நிவாரணம் இல்லை. வராமல் தடுக்கலாம். எங்கள் தயாரிப்பில் உள்ள ஜன்னித் தைலம் பத்து துளிகள் தினம் கொடுத்தால் குணம் கிடைக்கும். அது கொடுப்பதற்கு முன் வயது, உடல் ஆரோக்கியம் இவற்றைப் பார்க்க வேண்டும்.

கேள்வி : மூட்டு வாதத்திற்கு (Arthritis) முழு குணம் கிடைக்குமா?

சிநேகலதா : இது வர்மம் சம்பந்தப்பட்டது. எந்த வயது என்று பார்த்துத் தைலங்கள் தேய்த்தால் நோய் தீரலாம். நேரில் பார்த்துச் சொல்ல வேண்டும்.

கேள்வி : குழந்தைகளின் ஆரோக்கியத்திற்கு என்ன உணவு வகைகள் - குறிப்பாக மூலிகை உணவு வகைகள் கொடுக்கலாம்?

சிநேகலதா : குழந்தைகளுக்கு எல்லா வகையான கீரைகள், பருப்பு வகைகள், வாழைத்தண்டு, வாழைப்பூ, அஞ்சறைப் பெட்டியிலுள்ள சீரகம், பெருங்காயம், வெந்தயம் போன்றவற்றை உணவில் பக்குவப்படுத்தி, சேர்த்துக் கொடுக்கலாம். உணவே மருந்து, கேள்விப்பட்டிருப்பீர்களே!

கேள்வி : முகச் சுருக்கம் விழுவது பவுடர் போடுவதாலா அல்லது வயது காரணமாகவா? எதனால் ஏற்படுகிறது?

மைதிலி : உடம்பு இளைத்தாலும், வயது அதிகமானாலும் சுருக்கம் வரும். வெயிலில் போகும்முன் முகத்திற்கு foundation போடுவது நல்லது. அதிகமாக ஆன்டிபயாடிக் எடுத்தால் கண்ணுக்குக் கீழே கருவளையங்கள் விழும். ஒரே foundation உபயோகிக்க வேண்டும்.

கேள்வி : கருத்தரித்த பெண்கள் அழகு படுத்தும் நிலையங்களுக்குச் செல்லலாமா?

மைதிலி : கண்டிப்பாகப் போகக் கூடாது. கருத்தரித்த பெண்கள் அழகுக்கலை நிறுவனங்களுக்கு அழகுபடுத்தச் செல்வது நல்லதல்ல. இரத்தப்போக்கு, கருச்சிதைவு ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு. புருவ மயிர் சீராக்கம் (த்ரெட்டிங்) செய்தால்கூட அந்தச் சிறிய வலியில் இரத்தப் போக்கு ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு. எங்கள் நிலையத்திற்கு வரும் கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு அறிவுரை சொல்லித் திருப்பி அனுப்பிவிடுவோம்.

தொகுப்பு : **நீரஜா**

படங்கள் : **விடிவெள்ளி ஆறுமுகம்**

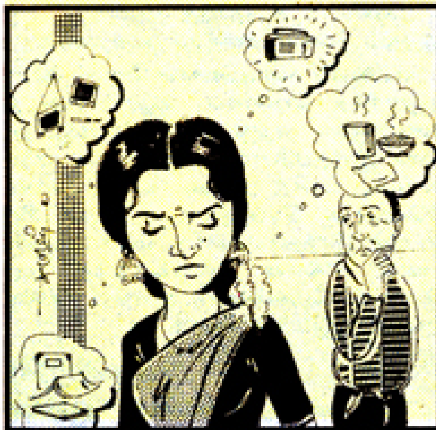
செய்கின்ற ஒவ்வொரு காரியத்திலும் வெற்றி பெற வேண்டும் என்று நாம் ஒவ்வொருவரும் நினைப்பது சகஜம். வேலை செய்வது சம்பாதிக்க மட்டும் அல்ல. நம் உள் மனதுக்கு ஒரு திருப்தி ஏற்படும் போது ஒரு சந்தோஷம் வருகிறதே அதற்கு ஈடு இணையே கிடையாது.

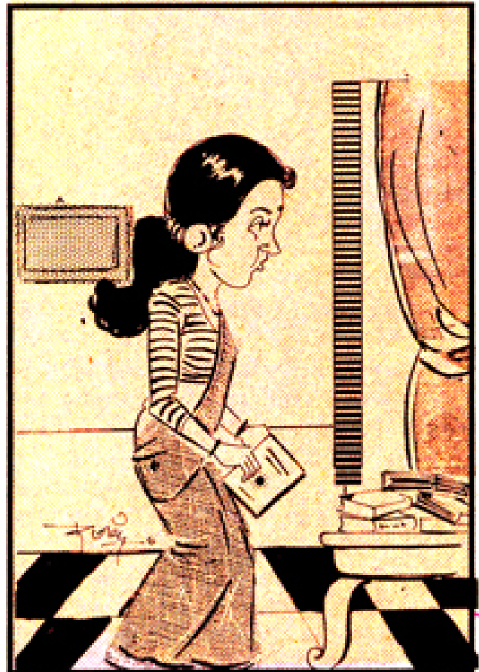
எந்த பத்திரிகையைப் பிரித்தாலும் அதில் 'Self Improvement' அல்லது 'வாழ்க்கையில் முன்னேறுவது எப்படி?' போன்ற கட்டுரைகள் இருந்தால் அதைத் தான் நான் முதலில் படிப்பேன். அதைப் படிக்கும் போதே என்னுள் ஒரு உத்வேகம் பிறப்பதை பலமுறை உணர்ந்திருக்கிறேன். அப்படி படித்தவற்றில் சில விஷயங்களைத் தொகுத்து உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள விரும்புகிறேன்.

உங்களால் நிச்சயமாய் முன்னேற முடியும். ஆனால் அதற்கு வெளியிடங்களிலிருந்து உதவி வருவது ஓரளவுக்குத்தான். மற்றதெல்லாம் உங்கள் கையில்தான் இருக்கிறது. நம்மூரில் ஒரு பழமொழி சொல்வார்களே, 'ஏணியில் ஏறுகிறவனை எத்தனை தூரம் ஏற்றி விட முடியும்?' என்று. அது மாதிரி.

பிஸினெஸில் நீங்கள் எப்படி நடத்தப்பட வேண்டும் என்று நினைக்கிறீர்களோ அப்படியே மற்றவர்களை நீங்களும் நடத்த வேண்டும். உதாரணத்துக்கு ஒன்று. மீட்டிங் ஒன்று உங்கள் தலைமையில் நடக்கிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். எல்லோரும் சரியான நேரத்துக்கு வர வேண்டும் என்று நீங்கள் எதிர்பார்க் கிறீர்கள். அதே மாதிரியே நீங்கள் செல்ல வேண்டிய இன்னொருவருடைய மீட்டிங்குக்கு நீங்களும் நேரத்துக்குப் போங்கள். நீங்கள்







முக்கியத்துவம் கொடுக்கிற எல்லா விஷயங்களுக்கும் நீங்களே ஒரு முன்னோடியாக இருங்களேன்.

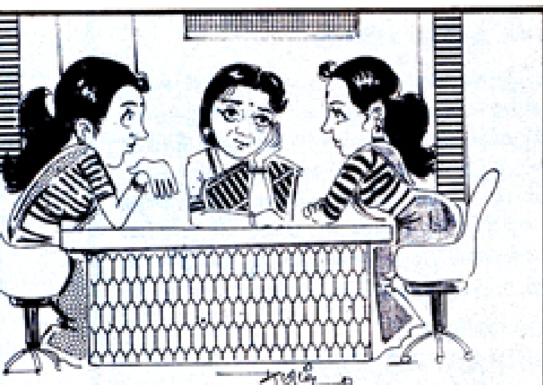
உங்களைச் சுற்றியுள்ளவர்கள் உங்களை மாதிரியே அல்லது உங்களை விட இன்னும் திறமையுள்ளவர்களாக இருக்க வேண்டும். திறமையல்லாதவர்கள் மத்தியில் இருந்தால் அது உங்களையும் கீழே இறக்கும். ஒருமுறை நடிகர் திலகம் ஒரு பேட்டியில் சொன்னார். 'எனக்கு நிறைய வயது ஆகிறது. இருந்தாலும் நான் எப்போதும் இளைஞர்கள் மத்தியிலேயே இருக்கிறேன். ஏனென்றால் அப்போது நானும் சின்ன வயசு மாதிரி உணர்கிறேன். சுறுசுறுப்பாக இருக்கிறேன்'. யோசித்துப் பாருங்கள். இதில் நிறைய உண்மை இருக்கிறது.

'I think I can' என்ற வரியைச் சொன்னால் அமெரிக்காவில் சின்ன வயசு குழந்தைகளுக்குக் கூட தெரியும். மலை மேல் ஏற முடியாமல் ரயில் ஒன்று மனம் வருந்திற்றாம். ஆனால் 'என்னால் முடியும்... என்னால் முடியும்...' என்று சொல்லிக் கொண்டே மெதுவாக ஊற ஆரம்பித்ததாம். அப்படியே மலை உச்சிக்கே போய் விட்டதாம். இது சின்ன குழந்தைகளுக்கு இங்கே சொல்லப்படுகிற ஒரு பிரபலமான கதை. அதைத்தான் 'உன்னால் முடியும் தம்பி' என்கிறார் நண்பர் உதயமூர்த்தி. உங்களால் நிச்சயம் முடியும் என்று நம்புங்கள். நடக்கும்.

முயற்சி செய்பவர்களுக்கு மட்டுமே வெற்றி. பண்ணாதவர்களுக்கு தோல்வி மட்டும் இல்லை. வெற்றியும் கிடையாது என்பது முக்கியம். தோல்வி வந்தாலும் என்ன? அதிலிருந்து நீங்கள் கற்றுக் கொள்ளக் கூடியது எவ்வளவோ இருக்கும். அப்படி நீங்கள் நினைக்க ஆரம்பித்தால் இந்த தற்காலிகமான தோல்விகளுக்குப் பின்னால் பெரிய வெற்றிகள் உங்களை வந்தடைவது நிச்சயம்.

ஒரு உண்மை உங்களுக்குத் தெரியுமா? தோல்விக்கு எடுக்கும் நேரத்தில் பாதிதான் வெற்றி அடைய ஆகுமாம். இந்த மாதிரி சப்ஜெக்டைக் கரைத்துக் குடித்த பலரும் எழுதியிருக்கிறார்கள். ஆனால் இவர்கள் சொல்வதெல்லாம் ஒன்றே ஒன்றுதான். நீங்கள் செய்யும் காரியம் எதுவானாலும் மனதை ஒருமுகப்படுத்தி உங்கள் முழு கவனத்தையும் செலுத்துங்கள். இதைத்தான் 'Quality Time' என்கிறார்கள். ஒரு வேலை செய்யும் போது மனதை அலைய விட்டால் எதையும் ஒழுங்காக செய்து முடிக்க முடியாது. நீங்கள் நினைத்துக் கொண்டிருப்பதையும் செயல்படுத்த முடியாது. உங்கள் கவனம் அந்தக் கணம் நீங்கள் செய்யும் காரியத்தில் மட்டும் இருக்கட்டும்.

உங்கள் வேலையில் முன்னேற என்னவெல்லாம் நீங்கள் தெரிந்து வைத்திருக்க வேண்டும்? அதையெல்லாம் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். என்னுடைய அப்பா டாக்டர் எஸ் ராமநாதன் பிரபல பாடகர் மட்டுமல்ல. ம்யூஸிகாலஜிஸ்ட். ஹைஸ்கூல் படிப்பு மட்டுமே படித்த இவர் சிலப்பதிகாரத்தில் ஆராய்ச்சி செய்து அமெரிக்க பல்கலைக் கழகம் ஒன்றில் டாக்டர் பட்டம் வாங்கியிருக்கிறார். கல்கி பத்திரிகையில் திரு டி.எஸ். பார்த்தசாரதி ஒருமுறை 'நம் கர்நாடக சங்கீதம் இருக்கும் வரை ராமநாதனின் பெயரும் இருக்கும்' என்று எழுதியிருந்தார். அது எப்படி சாத்தியம்? அப்பா அடிக்கடி என்னிடம் சொன்னது நினைவுக்கு வருகிறது. 'வெற்றி அடைவது ரொம்ப சுலபம். உன் சப்ஜெக்டில் உனக்குத் தெரியாததே இருக்கக் கூடாது' என்று விளையாட்டு மாதிரி சிரித்துக் கொண்டே சொல்வார். அதில்தான் எவ்வளவு பெரிய உண்மை அடங்கியிருக்கிறது?



மற்றவர்களைத் திருப்திபடுத்த மட்டுமே உங்கள் வாழ்க்கை இல்லை. அப்படி நீங்கள் நினைத்தால் அது குழப்பத்தைத் தான் உண்டாக்கும். நீங்கள் செய்யும் வேலையில் உங்களுக்குத் திருப்தி ஏற்பட வேண்டும். அதுதான் ரொம்ப முக்கியம். அதற்குத்தான் நீங்கள் முயற்சிக்க வேண்டும்.

கடைசியாக உங்களுக்கும் மேலாக ஒரு பவர் இருக்கிறது என்பதை மறக்காதீர்கள். அது நீங்கள் வணங்குகிற கடவுளாக இருக்கலாம். அந்தச் சக்திக்குத் தலைவணங்குங்கள். உங்களுக்கு வெற்றி நிச்சயம்.

- கீதா பென்னெட்

பொருள் : ஹேண்ட் மிக்ஸரைப் பயன்படுத்திச் செய்யும் பண்டம்.

மங்கையர் மலர் & ஃபிலிப்ஸ் இணைந்தளிக்கும் சிறப்புச் சமையல் போட்டி

முதல் பரிசு – ரூ.300/– மற்றும் ஃபிலிப்ஸின் ஆட்டோ ரைஸ் குக்கர்



• சாந்தா



• நித்யா



• சாந்தி



ஓட்ஸ்–லென்டில் விஜிடபிள் ஃப்ரூட் பாரிட்ஜ்

தேவையான பொருட்கள்:
பால் – ½ லிட்டர்,
ஓட்ஸ் – 100 கிராம்
பாசிப் பயறு – 100 கிராம்
தேவை+ருசிக்கேற்றபடி – உப்பு, மிளகுப் பொடி.

விஜிடபின் பாரிட்ஜ் என்றால் காரட், பீன்ஸ், உருளை, பச்சைப் பட்டாணி, தக்காளி – இவை அனைத்துமோ அல்லது 2-3 காயின் வேக வைத்த அளவு 500 கிராம். ஃப்ரூட் பாரிட்ஜ் என்றால் ஆப்பிள், வாழைப்பழம் போன்றவை ½ கிலோ அளவு + சர்க்கரை, 2 ஸ்பூன் தேன்.

செய்முறை: பாசிப் பயறை முதல் நாள் இரவே ஊற வைக்கவும். மறு நாள் காலை பாலை நன்றாகக் கரண்டி போட்டுக் கிளறிக் காய்ச்சி, இறக்கும் பொழுது ஓட்ஸைப் போட்டு கிளறி மூடி வைக்கவும்.

ஃப்ரூட் பாரிட்ஜ் என்றால் சூடான பாலில் ஓட்ஸைப் போட்டு சற்று குளிர்ந்தபின் அதன் மேலேயே ஆப்பிள் + வாழைப் பழத் துண்டங்களைப் போட்டு மூடி வைக்கவும். ஊறவைத்த பயறை வேக வைக்கவும்.

வெஜிடபின் பாரிட்ஜ் என்றால் ஊற வைத்த பயிறையும் நறுக்கிய காரட், பட்டாணி போன்றவற்றையும் குக்கரில் தனித் தனியாக வேக வைக்கவும்.

பாலில் போட்ட ஓட்ஸ் + வேக வைத்த பயறு + காய்/பழக் கலவை நன்றாக ஆறிய பின் ஃபிலிப்ஸ் மிக்ஸரில் போட்டு எல்லாம் ஒன்று சேர்ந்து நன்றாகக் கலந்து ஒரே சீராக வரும் வரை சுற்றவும்.

உப்பு, மிளகுப்பொடி அல்லது சக்கரை சேர்த்துக் கொடுங்கள். புரதம், மாவுச் சத்து

எரிபொருள் + வைட்டமின்கள் எல்லாம் சிறந்த விகிதத்தில் உள்ளது. ஐயோ, Porridge ஆ? உருண்டையும் உருளையுமா கட்டித் தட்டிண்டு தொண்டையில் சிக்கும், வாந்தி வரும் என்றெல்லாம் 'ஸ்டன்ட்' செய்யும் குழந்தைகள்/வயது முதிர்ந்தவர்கள்/ நோயாளிகள் உள்ள வீட்டு இல்லத்தரசிக்கு ஹேண்ட் மிக்ஸர் ஒரு வரப்ரசாதம்.

–ஆர் விஜயலக்ஷ்மி,
சென்னை – 92

**இரண்டாம் பரிசு ரூ.200/–
மற்றும் ஃபிலிப்ஸின் ஹேண்ட் மிக்ஸர்**

பாதாம் குல்ஃபி ஷேக்

தேவையான பொருட்கள்:
காரட் – 100 கிராம்
பால் – 1 லிட்டர்
மில்க்மெய்ட் – ½ டின்
சர்க்கரை – 1 கப்
பாதாம் மிக்ஸ் – 4 மேஜைக் கரண்டி,
சாரப் பருப்பு – 50 கிராம்.

ஷேக் செய்ய தேவையானவை:
காரட் – 100 கிராம்,
பால் – 1 லிட்டர்
பாதாம் மிக்ஸ் – 2 மேஜைக் கரண்டி
சர்க்கரை – 1 கப்

குல்ஃபி செய்முறை: காரட்டை சிறு துண்டங்களாக நறுக்கிக் குக்கரில் வேக வைக்கவும். ஆறியவுடன் எடுத்து சிறிது பால் சேர்த்து ஹேண்ட் மிக்ஸரில் அடித்துக் கொள்ளவும். இதிலிருந்து ஒரு பகுதியை ஷேக் செய்ய எடுத்து வைக்கவும்.

இரண்டு லிட்டர் பாலையும் ஒன்றாகக் காய்ச்சி அதிலிருந்தும் ஒரு பாதியை ஷேக் செய்ய எடுத்து வைக்கவும். அடுப்பிலுள்ள பால் சிறிது குறுகியவுடன் அதில் அடித்து வைத்துள்ள காரட்டைச் சேர்த்து மேலும் குறுக்கி மில்க் மெய்ட் சேர்த்து பின் சர்க்கரை, கடைசியாக பாதாம் மிக்ஸை பாலில் கரைத்துச் சேர்த்து கெட்டியாக அல்வா பதத்திற்கு ஆனதும் இறக்கி ஆற விடவும். ஆறியவுடன் சாரப்பருப்பை தூவி கலந்து குல்ஃபி மோல்டில் அடைத்து ஃப்ரீஸ் செய்யவும்.

ஷேக் செய்யும் முறை: பால், காரட் கலவை, பாதாம் மிக்ஸ் இவற்றை அடுப்பில் வைத்து பாதியாகும் அளவு குறுக்கி ஆற விட்டு ஹேண்ட் மிக்ஸரில் நன்றாகக் கடைந்து ஃப்ரிட்ஜில் வைக்கவும்.

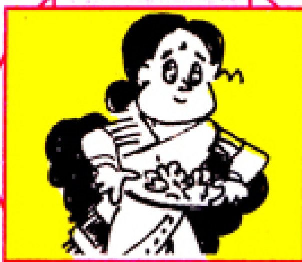
இதனைப் பருகும் பொழுது ஷேக்கை மீண்டும் நன்றாக நுரைக்கக் கடைந்து கிளாஸ் டம்ளரில் ஊற்றி, ஃப்ரீஸரிலிருந்து குல்ஃபியை எடுத்துக் கவிழ்த்து இரண்டு துண்டங்களாகவோ நான்காகவோ அவரவர் விருப்பம்போல் வெட்டி ஷேக் மீது அலங்கரித்துக் கொடுக்கவும்.

– சாந்தா ராமசாமி,
போரூர்– 600 116

**மூன்றாம் பரிசு ரூ.100/-
மற்றும் ஃபிலிப்ஸின் ஒரு லிட்டர் பழம்பிழியும் ஜார்**

சோயா மதுர் அடை

தேவையானவை:
சோயா மாவு, மைதாமாவு – தலா 1 டேபிள்ஸ்பூன்,
பாசிப்பருப்பு – 1கப்
கேரட்(பெரியது) – 1
சர்க்கரை – 1½ கப்
புளிக்காத கட்டித் தயிர் – 1டீஸ்பூன்
வெண்ணெய் – 1 டேபிள் ஸ்பூன்
கெட்டியான தேங்காய்ப்பால் – ½ கப்
கேசரிப்பவுடர் – சிறிது
ஏலப்பொடி – சிறிது



நூடுல்ஸ் எதுவாக இருந்தாலும் நூடுல்ஸை கொதி நீரில் போட்ட பிறகு மசாலாவை போடுவதற்குப் பதில், நீர் கொதித்ததும் முதலில் மசாலாவைப் போட்டு நன்கு கலக்கி, பின்பு நூடுல்ஸை போட, மசாலா, நூடுல்ஸ் முழுவதும் சீராக இருக்கும்.

– திலகவதி

"HE PROMISED HE HAD SOMETHING THAT COULD CHANGE OUR LIVES... WE WERE AMAZED WHEN HE SHOWED US HOW!"

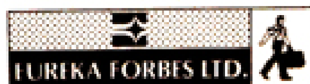
The friendly man from Eureka Forbes presented his card. "I would like to demonstrate our Euroclean 2000, a cleaning system you could conveniently use everyday," he said. He began to show us how – patiently and thoroughly. From carpets to sofas, from curtains to ceilings, he made everything spotlessly clean. He even showed us how effectively the Euroclean 2000 could clean delicate audio equipment , spray paint our refrigerator or be used for watering our plants. He offered to drop by at home as often as we liked, to train us on how to use the product.



The friendly man from Eureka Forbes : Part of a successful sales organisation.

"We've helped over one and a half million families discover an easier way to a cleaner home," he said with pride. "Families prefer us because they can contact us directly – with just a phone call ! We have a country-wide service network and offer after-sales service at your doorstep. That's what makes us different from the others".

We were impressed, we bought the Euroclean 2000. And our home has never been cleaner, thanks to the friendly Eureka Forbes man.



***For a visit from the friendly Eureka Forbes man, call or write to:** Bhupesh Gupta Bhuvan, 1st Floor, 85 Sayani Road, Prabhadevi, Bombay 400 025. Tel: 022-4301725/1718.

நெய் - தேவைக்கேற்ப

செய்முறை:

பாசிப்பருப்பைப மணம் வரும் வரை வறுத்துப் பத்துநிமிடம் கொதி நீரில் ஊற விட்டு அரைத்து விழுதாக்கவும். ஒரு பாத்திரத்தில் வெண்ணெய், தயிர், சீனி, தேங்காய்ப்பால் நான்கையும் போட்டு ஹேண்ட் மிக்ஸரைக் கொண்டு நன்கு கடையவும். சீனி கரைந்து நுரைத்து வரும் சமயம் சோயா மாவு, மைதா மாவு சேர்த்து மீண்டும் ஹேண்ட் மிக்ஸர் மூலம் கட்டியின்றி கலக்கவும். கேரட்டைத் துருவி இரண்டு நிமிடம் ஆவியில் வைத்து பின் கரண்டியால் மசித்து, பாசிப் பருப்பு விழுதோடு மேற்சொன்ன கலவையில் போட்டுக் கரண்டியால் கலக்கவும். இக்கலவை தோசைமாவு பதத்தில் இருக்கும். ஏலப்பொடி சேர்த்துக் கலந்து தோசைக் கல்லில் வட்டமாக ஊற்றவும். சுற்றிலும் நெய்யூற்றி வேக விடவும். ஒருபுறம் சிவந்ததும் மறுபுறமும் திருப்பிப் போட்டு வேக விடவும். சுவையான, சத்தான, மதுர அடை விருந்துகளில் பரிமளிக்கும். வித்தியாசமான சுவை.

குறிப்பு: முட்டை சேர்ப்பவர்கள் ஒரு முட்டையைக் கூட சேர்த்துச் செய்யலாம்.

– நித்யா சுந்தரம்
மதுரை-2

> ஆறுதல் பரிசு ரூ.50/– மற்றும் ஃபிலிப்ஸின் ½ லி.பழம் பிழியும் ஜார்.

கோ-கோ ஃப்ரூட் டிலைட்

தேவையான பொருட்கள்:

மாரி பிஸ்கட் - 1 பாக்கட்
சர்க்கரை - 1 கப்
இளம் தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப்
கோ-கோ பவுடர் - 1 ஸ்பூன்
மில்க்மெய்ட் அல்லது ஏதாவது கண்டென்ஸ்ட் மில்க்- 1 கப்
பால் - 1 கப்
நெய் - 1 ஸ்பூன்
முந்திரி - 10 பருப்புகள்
பாதாம் - 15 பருப்புகள்
ஆப்பிள் - 4

செய்முறை:

பிஸ்கட்டையும் சர்க்கரையையும் நன்றாகப் பொடி செய்து கொள்ள வேண்டும். இத்துடன் கோ-கோ பவுடர், இளம் தேங்காய்த் துருவல் மற்றும் மில்க் மெய்டை கலக்க வேண்டும். வில்லை போடும் அளவிற்குத் தேவையான அளவு பால் விட்டு ஹேண்ட் மிக்ஸரால் அடிக்க வேண்டும். முந்திரிப் பருப்பை பொடியாக நறுக்கி நெய்யில் வறுத்து இக்கலவையில் போட்டு, ஒரு முறை லேசாக ஹேண்ட் மிக்ஸரால் அடிக்கவும். இந்தக் கலவையை ஒரு அகலமான தட்டில் கொட்டிப் பரத்தவும். மெலிதான வில்லைகள் போடவும். ஒவ்வொரு வில்லை மீதும் அரை பாதாம் வைக்கவும். இதை ஃப்ரிட்ஜில் 2 மணி நேரம் வைத்து பின் எடுக்கவும்.

ஆப்பிளை கொட்டை இல்லாமல் ஸ்லைஸ் செய்யவும். இரண்டு ஸ்லைஸுக்கு நடுவில் ஒரு வில்லையை வைத்து சாண்ட்விச் செய்யவும்.

எஸ்.சாந்தி,
கோயமுத்தூர் - 641 042

> ஆறுதல் பரிசு – ரூ.50/- மற்றும் ஃபிலிப்ஸின் ½ லிட்டர் பழச்சாறு பிழியும் உபகரணம்

'பஞ்சடை'

தேவையான பொருட்கள்:

முட்டை - 2
ப.அரிசி மாவு(வறுத்தது) - 200 கிராம்
ஜீனி - 200 கிராம்
ஏலப்பொடி - ¼ டீஸ்பூன்
நெய் - 4 டீஸ்பூன்
அடுப்புக்கரித்துண்டுகள் - சிறிது

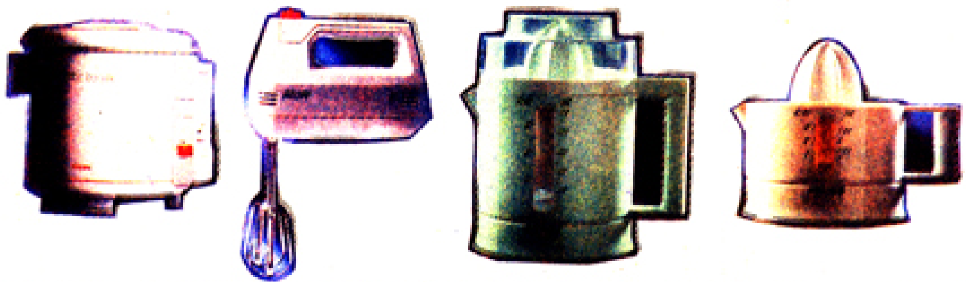
செய்முறை:

நல்ல வாய் அகலமான பாத்திரத்தில் முட்டைகளை பொத்து ஊற்ற வேண்டும்.

கேக் அலங்கார வேலைப்பாடுகள் செய்ய நம்மிடம் கைவசம் எப்போதும் இருக்கும் சீவல் பக்கோடா அச்சு, ஸ்டார் முறுக்கு அச்சு, ஒரு கண் (அ) முறுக்கு அச்சு ஆகியவற்றையும் பயன் படுத்தலாமே. ஐஸிங் கலவை இதில் ஒட்டாமல் இருப்பதால் வீணாகும் பயமும் தேவையில்லை.

– மாலா ராமபத்ரன்





முதல் பரிசு (ரூ.2110 பெறுமானமுள்ளது.) இரண்டாம் பரிசு (ரூ.1700 பெறுமானமுள்ளது) மூன்றாம் பரிசு (ரூ.800 பெறுமானமுள்ளது) ஆறுதல் பரிசு(ரூ.650 பெறுமானமுள்ளது)

அம்முட்டைக் கூட்டிலேயே 3 கூடு தண்ணீர் ஊற்றி ஒரு துளி உப்பும் கலந்து ஹேண்ட் மிக்ஸரைப் பயன்படுத்தி நன்றாக அடிக்க வேண்டும். முட்டையுடன் தண்ணீர் சேர்த்து அடிக்கும்போது நுரையுடன் எழும்பி 'அடை' நன்றாக அமையும்.

மேலே சொன்னபடி நன்றாக அடித்துக் கொண்டதும் பாத்திரத்தில் சீனியைத் தூவ வேண்டும். இப்பொழுது நுரை சிறிது அடங்கும். ஆகவே மீண்டும் ஹேண்ட் மிக்ஸரால் நன்றாக (1 நிமிடம்) கடையவும். பின் அரிசி மாவையும் தூவி (1 நிமிடம்) கடையவும். 3 லிட்டர் கொள்ளளவு உள்ள வாய் அகன்ற அலுமினிய பாத்திரத்தில் 2 ஸ்பூன் நெய் ஊற்றி அடுப்பில் வைத்து சூடேற்றிக் கொள்ள வேண்டும். முட்டைக் கலவை நுரை அடங்குமுன் அடை ஊற்றப்பட வேண்டிய பாத்திரத்தில் (சூட்டுடன்) ஊற்ற வேண்டும்.

பின்பு பாத்திரத்தை மூடி அதன்மேல் கரித்துண்டுகளை நெருப்புக் கங்குகளாக்கி பரப்ப வேண்டும். அடுப்பில் நெருப்பும் அளவாக இருக்க வேண்டும். சுமார் 5 நிமிடங்கள் கழித்து மூடியைத் திறந்து பார்த்து சுற்றிலும் நெய் விட வேண்டும். மீண்டும் 5 நிமிடங்கள் கழித்துத் திறந்து பார்த்தால் நன்றாக எழும்பி 'அடை' ரெடியாக இருக்கும். அதனை இறக்கி பெரிய பிளேட்டில் மாற்றி விட வேண்டும். இது சாப்பிடுவதற்கு மிக ருசியாகவும் மிருதுவாகவும் இருப்பதால் "பஞ்சடை" என்று பெயர்.

— ஜே.ஜெசிலா பில்பர்,
நெய்வேலி - 607 803

> ஆறுதல் பரிசு ரூ.50/- மற்றும் ஃபிலிப்ஸின் ½ லிட்டர் சாறு பிழியும் ஜார்.

பேடா

தேவையான பொருட்கள்:

மைதா – ¼ கிலோ
சர்க்கரை – ½ கிலோ
வெண்ணெய் – 150 கிராம்
பேக்கிங் பௌடர் – 1 ஸ்பூன்
சமையல் எண்ணெய் – ½ கிலோ
முந்திரி – 100 கிராம்
தயிர்(கெட்டியானது) – 1கப்

செய்முறை:

ஃபிலிப்ஸ் ஹேண்ட் மிக்ஸரில் வெண்ணெய், தயிர், பேக்கிங் பௌடரைப் போட்டு நுரை ததும்பும் வரை நன்றாக அடிக்கவும். பின்னர் மைதாவை சிறிது சிறிதாய்த் தூவி சப்பாத்தி மாவு பதத்தில் நீர் விடாமல் நன்கு பிசையவும். சுமார் 2 மணி நேரம் ஊற விடவும். பின்பு பூரிக்கு உருட்டுவது போல் அழுத்தாமல் சிறு சிறு உருண்டைகள் செய்யவும். அவற்றை உள்ளங்கையில் வைத்து லேசாக அழுத்தி நடுவில் ஒரு முந்திரிப் பருப்பை வைத்து அழுத்தவும்.

குழிவான வாணலியில் சமையல் எண்ணெயைக் காய வைத்து, பின் அடுப்பை நிழல் போல் எரியவிடவும். தயாராய் வைத்திருக்கும் மாவு பேடாக்களை நிதானமாய் நான்கைந்தாய் பொரித்து எடுக்கவும். அடுப்பில் எண்ணெய் வைக்கும் போது இன்னொரு அடுப்பில் அடிகனமான உருளியில் சர்க்கரையில் 1½ கப் நீர் சேர்த்து, அழுக்கெடுத்த பின் இரட்டைக் கம்பி பாகு வைக்கவும். பொரித்த பேடாக்களை சூட்டோடு பாகில் ஊறவிடவும். அடுத்தமுறை பொரித்த பேடாக்களை பாகில் போடுமுன், முதலில் போட்டவற்றை எடுத்துவிடவும். எல்லாவற்றையும் இவ்வாறு ஒருமுறை பாகில் ஊற வைத்து எடுக்கவும்.

கடைசியில் எல்லா பேடாக்களையும் இரண்டாவது முறை பாகில் புரட்டி தட்டில் அடுக்கவும். இப்போது பாகு பூத்துப் போகும் பதத்திற்கு வந்திருக்கும். ஒரு மணி நேரத்தில் பேடாக்கள் அழகான சர்க்கரை ஆடை பூண்டு சாப்பிடத் தயாராய் இருக்கும்.

கே. அனுராதா,
பழனி.

சமீபத்தில்

எஸ்.ஐ.சி. குரூப் நிறுவனத்தின் சார்பில் ஊக்கப்பரிசுகள் வழங்கும் விழா நடைபெற்றது. இவ்விழாவிற்கு சென்னை அரசு பொது மருத்துவ மனை முதல்வர் டாக்டர் மேஜர் டி. ராஜா தலைமை வகித்தார். கந்தகோட்டம் முதன்மை அறங் காவலரும், எஸ்.ஐ.சி. குரூப் நிறுவனத்தின் தலைவருமான பி. பாலசுப்பிரமணியம் அனைவரையும் வர வேற்றார். பெருவாரியான வி.ஐ.பிக்களும், ஏராளமான பொது மக்களும் கலந்து கொண்ட இந்த விழா கோலாகலமாக நடை பெற்றது. ஏராளமான தங்கநகை, ஸ்கூட்டர், ஆட்டோ எனப் பரிசுகள்!



ஏராளமான இந்தியர்கள் வெளி நாடுகளில் வாழ்ந்தாலும் இந்திய மண்ணை, பண்பாட்டுக் கலா சாரத்தை மறப்பதில்லை. குறிப்பாக 'கலை சீசனா'ன டிசம்பரில் வெளி நாடுகளில் இருந்து சென்னைக்கு வந்து கலைவிழாக்களில் கலந்து கொள்கிறார்கள். அப்படித்தான் கர் நாடக இசையில் பெரிதும் ஈடுபாடு கொண்ட திருமதி உமா அமெரிக் காவிலேயே தன் மகள்களான பிரியா, சித்ரா இருவருக்கும் நட னம் சொல்லிக் கொடுத்திருக்கிறார். பாரம்பரியம் வழுவாத இவர்களின் நடன நிகழ்ச்சி சென்னையில் நடந் தது மட்டுமின்றி, சிதம்பரத்திலும் சிறப்பாக அரங்கேறியது.

ஃபிலிப்ஸ் நிறுவனத்திடம் இருந்து நமக்கு வந்திருக்கும் ஒரு மகிழ்ச்சியான செய்தி —

நம்முடைய இம்மாத இல்லத்தரசி பகுதிக்கு ஃபிலிப்ஸ் நிறுவனம் பரிசளித்து வருகிறது இல்லையா? அவர்கள் தரும் பரிசுகளை ஒரு விழாவாக நடத்தி அதில் தருவதற்கு ஆவ லாக உள்ளார்கள். எனவே, அவர்கள் பரிசு அறிவித்த ஆறு மாதங்களுக்குப் பின் ஒன்றாக அனைவருக்கும் சென்னையில் பரிசுகள் அளிக்கப்படும். பரிசு பெற்ற வர்களுக்குச் செய்தி தெரி விக்கப்படும். (ஆ-ர்)



திருமண மலர்

மணமகள் தேவை

● Brahacharnam graduate Bombay based Keralite, Kasyapa, Tiruvathirai, 171, 32, 4000 reputed from graduate employed good looking with good family background below 26 preferably Keralite. Other sects acceptable. Horoscope to Box No. 11546

● கன்னட பிராமின், காஸ்யப கோத்திரம், ஆயில்யம் நட்சத்திரம், வயது 29, சிவப்பு நிறம், டி.வி.எஸ். குரூப்பில் வேலை பார்க்கும் பையனுக்கு கன்னட வகுப்பைச் சேர்ந்த அரசு வேலை (அ) தனியார் துறையில் வேலை பார்க்கும் பெண் தேவை. (வயது 25-க்குள்) பெட்டி எண் : 11547

● Alliance invited from graduate Vadamal girl for Iyer Engineer groom Vathoolam, Uthiram 35, 177, 7000 working as Asst. Manager in very reputed firm at Madras. Box No. 11548

● ஐயர், வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், 29, பரணி, உயரம் 5'.5'', பி.எஸ்ஸி., ரூ. 3000 சென்னையில் தனியார் கம்பெனியில் வேலை பார்க்கும் பையனுக்கு வேலைக்குச் செல்லும் மணமகள் தேவை. ஜாதகம், மற்றும் விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய பெட்டி எண் : 11549

● Alliance invited for Jamshedpur based Palghat Iyer, Vadamal boys, Koundinya Gothram, 37, 5'6'', 4000 Tiruvadirai, B.Com., Service in Tinplate Co. and 30, 5'4'', 4000/- Ashwathi, M.Com., 1st yr. Service in All India Radio. Reply to Box No. 11550

● Wanted Non-Kanwa, educated, good looking, domestically trained below 32 for a Tamil Iyer boy 40, Senior Executive in Multinational Company, Divorcee without encumbrances. Widows, Divorcees excuse. Send horoscope, family details. Box No. 11551

● Alliance invited with horoscope from parents of girl aged around 25 years preferably Velanadu subsect for Telugu Brahmin, Velnadu boy aged 32, Krithigai Nakshatram, Kasyapa Gothram, B.Com., Accountant in a Private Company Rs. 3600/- Box No. 11552.

● ஆத்ரேய கோத்திரம், பிரஹசரணம், பையனின் வயது 25, 6அடி, Bangalore MICO வில் வேலை ரூ 4500/- வரனுக்கு வேலைக்குப் போகும்/போகாத குடும்பப் பாங்கான அழகான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 11553

● கோவையில் வசிக்கும், வெள்ளாளபிள்ளை வகுப்பைச் சேர்ந்த, சிவப்பு நிறம், 29 வயது, 165 செ.மீ., உயரம், அவிட்ட நட்சத்திரம், சுயதொழில் செய்யும், மாத வருமானம் ரூ. 4000/- பெறும் அழகான மணமகனுக்கு, தகுந்த அழகான மணமகள் தேவை. (உட்பிரிவுகள் சம்மதம்) பெட்டி எண் : 11554

● Hindu, Maruthuvar, 27, 155, 3000 B.Com., completed, Dhanusu, Moolam, son of Gazetted Officer, seeking good looking, unemployed girl graduate, under graduate Madras/North Arcot based family. Horoscope with family details to Box No. 11555

● Wanted Brahmin, Non-Kausika, Spinster, issueless widow, divrocee between 35-40 yrs for widower 45 yrs with a son 14 yrs and having Monthly Income of Rs. 3000/- in Trivandrum. Immediate marriage. Apply to Box No. 11556

● தெலுங்கு தேவாங்க செட்டியார் (கோவை), அனுஷம், பி.ஈ., எக்ஸிகியூடிவ் (சென்னை), 6000, 29, 5'11'', அழகான சிவப்பு நிற பையனுக்கு அதே வகுப்பு பெண் தேவை. சிவப்பும், அழகும், குணமும், அந்தஸ்தும், கிரேஜுவேட் முடித்த சுத்த ஜாதகங்கள், குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 11557

● Alliance invited for fair Boy, slim, M.Com., (IInd year) CAIIB, Assistant Manager, Indian Bank, Rs. 6000/- 178 cms, 29, Atreya, Swathi, Ashtasahasram, clean habits. Sub-sect no bar. only graduate slim & beautiful, respond to Box No. 11558

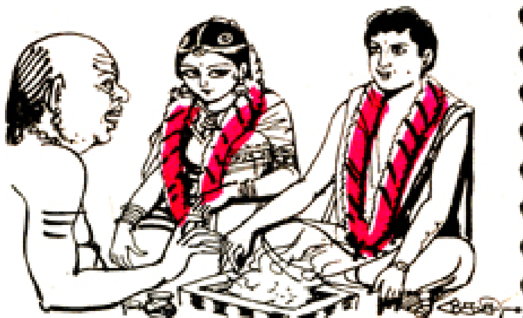
● இந்து நாடார், வயது 36, உயரம் 175 செ.மீ., Reputed Public Ltd., நிறுவனத்தில் நிரந்தர வேலை, சம்பளம் ரூ. 3000/- உள்ள மணமகனுக்கு சென்னையில் அரசு, வங்கி, தனியார் நிறுவனங்களில் பணிபுரியும் மணமகள் தேவை. எம்மதமும் சம்மதம். விதவை மற்றும் விவாகரத்து பெண்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண் : 11559

● பிரஹசரணம், ஆத்ரேய கோத்திரம், கார்த்திகை, 31, 178 செ.மீ., 2500 ரூ., படிப்பு டிப்ளமோ, டி.வி.எஸ். குரூப்பில் நிரந்தர பணியில் இருக்கும் பையனுக்கு, நிரந்தர வேலையில் பணிபுரியும் தகுந்த வரன் தேவை. Sec. Grd. ஆசிரியை பணியை வரவேற்கிறோம். பெட்டி எண் : 11560

● சோழிய வேளாளர், பிள்ளை, 35, 153 செ.மீ., பி.எஸ்ஸி., அரசுடைமை வங்கி, 6000/- விவாகரத்து பெற்ற வரனுக்கு 28 வயதிற்குட்பட்ட அழகிய, குடும்பப்பாங்கான, மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 11561

● வயது 33, வாதூல கோத்திரம், வடமாள், பூராடம் (பி.காம்.,) சென்னையில் வைதீகம் மாத வருமானம் 3500க்கு மேல், பெருங்களத்தூரில் சொந்த மனை, Cash in hand 50,000, நல்ல சிவப்பு நிறம், குடுமி கிடையாது. வேலையில் உள்ள/ இல்லாத பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 11562

● சைவ வேளாளர், வயது 35, 162 செ.மீ., தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும், சென்னையில் வசிக்கும், சட்டப்படி விவாகரத்தானவர்க்கு, வேலைக்குச் செல்லும் தகுதியுள்ள மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 11563



● Groom Kerala Bharadwajam, Pooram I Padam, 36, B.Com., Jr. Accounts Officer, reputed Public Limited Firm. seeks suitable alliance. Early Marriage. Box No. 11564

● 28, பலிஜா நாயுடு, எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. படித்து, பெங்களூரில் சொந்த கடை நடத்தும் வரனுக்கு, பொருத்தமான மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் அணுகவும். பெட்டி எண் : 11565

● Wanted employed girls below 22 years, 165 cms, fair, for middle class Brahmin, Bharadwaja, Vadama fatherless boy employed in WIPRO. Delhi born 26.12.1962 star kettai. Rahu and Khuja in 8th house. early marriage. correspond through to Box No. 11566

● Wanted employed girls below 27 years, 165 cms, fair for middle class Brahmin, Bharadwaja, Vadamal boy graduate employed born 17.11.63, star Anusham, Rahu 7th house, early marriage correspond to Box No. 11567

● ஐயர், பிரஹசரணம், ராஜயோகம், ஹரிதம், பூரம், 32, 163, 2700, (பி.ஏ.) சென்னை பெரம்பூர் இரயில்வேயில் நிரந்தரமாக பணிபுரியும் மண மகனுக்கு மத்திய, மாநில அரசு, பள்ளிக்கூடம், ஆஸ்பத்திரி, நிறுவனங்களில் நிரந்தரமாக பணிபுரியும் மண மகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாத கம் மற்றும் முழு விவரத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 11568

● சௌராஷ்டிரா, ஜாபாலி கோத்திரம், பெரிய தொழிலதிபர் மகன், 26 வயது, உடல்நலக் குறைவால் மனைவியை இழந்த, 2 வயது பெண் குழந்தையுள்ள வரனுக்கு, அதே சமூகம், 21 வயதுக்குள், குறைந்தது 10+2 படித்த, குழந்தையோடும் குடும்பத்தோடும் அனுசரித்து போகக்கூடிய பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 11569

● ஐயர், வடமான், ஆத்ரேய கோத்திரம், ஆயில்யம், 3-ஆம் பாதம், வயது 27, எஸ்.எஸ்.எல்.சி. படித்த சென்னையில் தனியார் கம்பெனியில் பணிபுரியும் வருமானம் 1500/- நிரந்தரமான வேலையில் உள்ள பையனுக்கு, வேலையில் உள்ள இல்லாத குணவதியான 24 வயதிற்குள் பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்பு எதும் இல்லை. உட்பிரிவு சம்மதம். மற்ற விவரங்களுக்கு தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 11570

● அரசு நிறுவனத்தில் வேலை, துளுவ வெள்ளாளர் வகுப்பைச் சேர்ந்த, பி.காம்., D.P.T. படித்த, 35 வயது, செவ்வாய் தோஷம் உள்ள மணமகனுக்கு, உத்தியோகத்தில் இல்லாத பட்டதாரி மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 11571

● வன்னியகுல க்ஷத்திரியர், அரச படையாச்சி, அஷ்டம், 35, டெக்ஸ்டைல் மில், மேனேஜிங் டைரக்டர், அதே குலத்தைச் சேர்ந்த படித்த மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 11572

● மாத்வா, கன்னடம், 39, 3700, விவாகரத்தானவர், பிராமண மணப்பெண் வேண்டும். பெட்டி எண் : 11573

● ரெட்டியார், 33, 162 செ.மீ., பி.டெக்., ரூ 5000/- டிரான்ஸ்பருக்கு உள்ளான மத்திய அரசு பணியிலுள்ள, பிரச்னையில்லாத விவாகரத்தான வர்க்கு, அழகு, குணம், நல்ல தேக ஆரோக்கியமுள்ள படித்த (பட்டதாரி) வேலைக்குப் போகாத, சமையலில் ஆர்வமுள்ள பெண் தேவை. எளிய திருமணம். விரைவில் ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 11574

● Affluent Boy, B.Sc., 26, 177, Railways, 3000, fair, handsome, teetotaller, Brahmin, Naidu parentage seeks tall, fair, beautiful, graduate girl, Brahmin/Intercaste or Brahmin. parentage. Horoscope to Box No. 11575

● Kashyapa Brahmin, lecturer, Mechanical Engineer, Government, Moolam, 34, 158, 6000, un-encumbered divorcee, parefers Doctor, CA, Bank Officer, Unencumbered divorcee can reply. Sub-sect no bar. Box No. 11576

● Hindu AD 37, 170, M.Com., divorcee Central Govt. employed in Coimbatore seeks graduate employed in Govt, Private. Caste no bar. Widows/divorcees without encumbrances may also reply to Box No. 11577

● நல்ல வசதியுள்ள ஐயர் டிவோர்சி 45/ 10,000க்கு நிறைய தம்பி, தங்கைகள் உள்ள பாசமும், பண்பும் கொண்ட கௌரவமான குடும்பத்தில் இருந்து குணம், அறிவு, அழகு கொண்ட படித்த பெண் தேவை. வேறு பணமோ, பொருளோ, அந்தஸ்தோ தேவை யில்லை. பெட்டி எண் : 11578

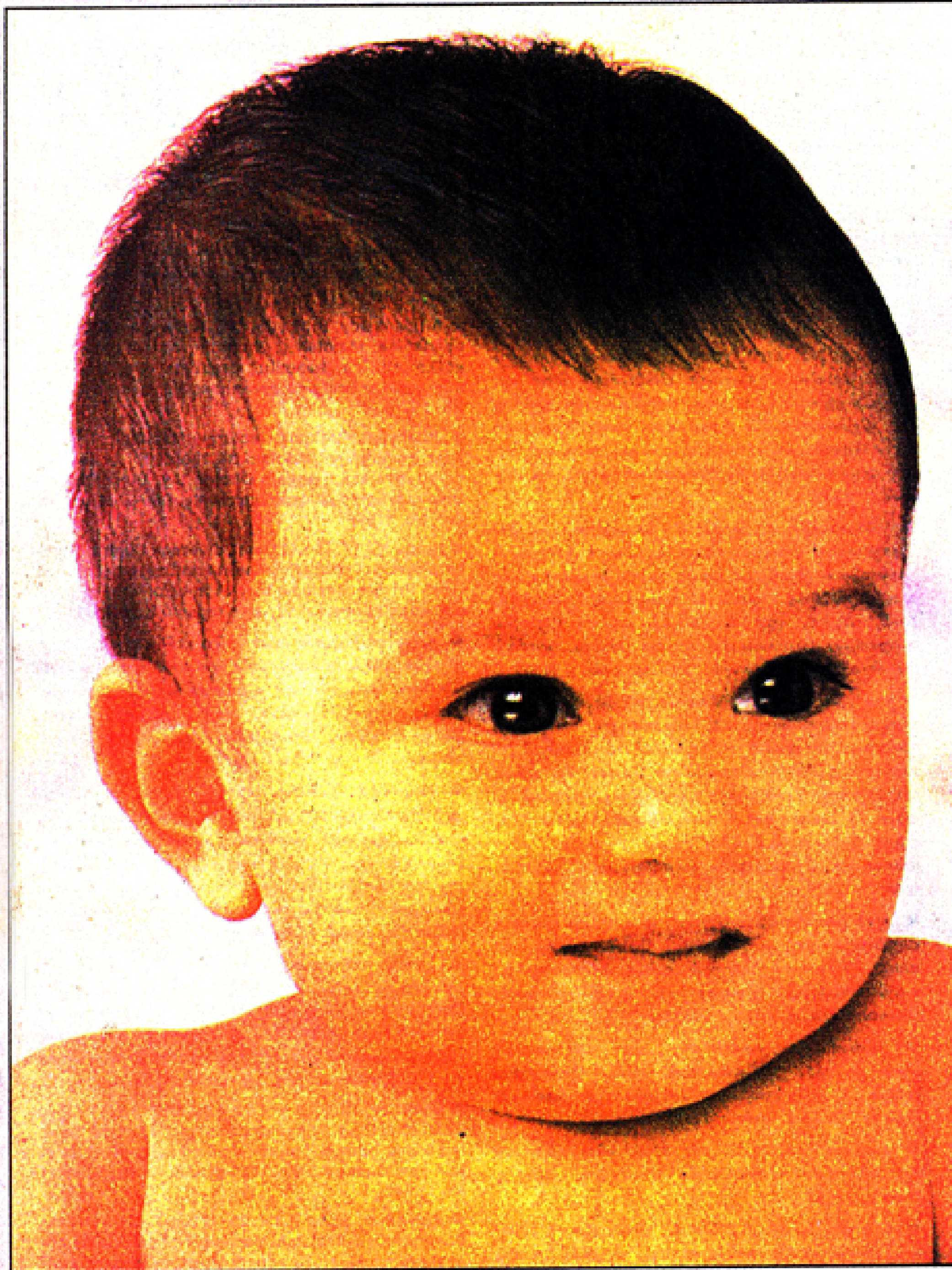
● ஸ்மார்த்த தேஷஸ்த மராத்தி பேசும் 30 வயது, ஆத்ரேய கோத்திரம், அசுவினி நட்சத்திரம், எஸ்.எஸ்.எல்.சி., தனியார் கம்பெனியில் வேலை பார்க்கும் (சம்பளம் ரூ. 1000/-) வரனுக்கு, இதே பிரிவில் அல்லது மாத்வ தேஷஸ்த பிரிவில் படித்த வேலை பார்க்கும் பெண் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கலாம். எளிய திருமணம். பெட்டி எண் : 11580

● தமிழ் பிராமணர், கல்லஹூர் (வடமான்), ஸ்ரீவத்ஸம், பூரம், 30, 165 செ.மீ., Qualified Civil Draughtsman, Self employed as Document wirter with Job Type works 3000/- and above மணமகனுக்கு படித்த, வேலையிலுள்ள/ இல்லாத மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 11581

● Mudaliar, Thuluva Vellala Boy, DEE/27/5'3"/3800 JE Central Govt. Bangalore with final BE exam pending wants bride beautiful qualified height 5'2" slim, fair, age 22 parents send bio-data horoscope to Box No. 11582

● Karkathar, Saiva Pillai, 29, 172cm, 7000 Uthiram, Post-graduate Assistant Manager, Nationalised Bank, seeks fair, beautiful graduate girl of same community employed also acceptable. Reply with horoscope bio-data. Box No. 11583

வேறெந்த சோப்பும் பேபி ஸாஃ



்ட் ஆக முடியாது; ஏனென்றால்

பாலும் பாதாமும் இதிலுண்டு என்பது தான் விசேஷம்.

பேபி ஸாஃப்ட் மேனிக்கு, விப்ரோ பேபி ஸாஃப்ட் மட்டுமே வேண்டும். மேனியை பராமரிக்கும் போஷாக்கு குணங்கள் அடங்கிய, இயற்கையான இரண்டு அற்புத பொருட்கள் இதில் இருக்கின்றன. அதாவது, பாலும் பாதாமும்.

பால் : குழந்தையின் பளபளக்கும் மேனியின் நிறத்தை பேணுகிறது.

உலகம் பிறந்த நாள் முதலே, நமக்கு மிக்வும் சிறந்த க்ளின்ஸர் — பால் தான். இது இயற்கையானது. வேறெதையும் விட மென்மையானது. எனவேதான் ஆழ்ந்திறங்கி சுத்தம் செய்கிறது. மேலும் குழந்தையின் பிஞ்சு மேனியில் காணும் மடிப்புகளில் ஒட்டியிருக்கும் அழுக்கை முழுவதுமாக அகற்றுகிறது. பாலில் கால்சியம், புரோட்டீன் மற்றும் இதர வைட்டமின்கள் ஏராளமாக இருக்கிறது. எனவே இது சுத்தம் செய்வது மட்டுமில்லாது, சிறந்த போஷாக்கும் நல்குகிறது. உங்கள் குழந்தையின் பொன்னுடலுக்கு ஆரோக்கியமான மினுமினுப்பு தருகிறது.



பாதாம் : குழந்தையின் நளினமான, மென்மையான, நாசுக்கான மேனியை பேணுகிறது.

பேபி ஸாஃப்ட், குழந்தையை குளிப்பாட்டுவதோடு, மேனிக்கு மென்மையும் அளிக்கிறது. இதற்கு உதவுகிறது வைட்டமின் "இ" அடங்கிய பாதாம். எனவே குழந்தையின் மேனி இயற்கையாக தோன்றுகிறது. நளினமான, மென்மையான மேனியைப் பார்த்ததுமே உங்களுக்கு புரியும் — மற்ற சோப்புகள் பராமரிப்பு மற்றும் போஷாக்கில் ஏன் "பேபி ஸாஃப்ட்" போல்இல்லை என்பது.



ULKA-18403-TAM

விப்ரோ பேபி ஸாஃப்ட். பட்டுப் போன்ற மேனி, பேபி ஸாஃப்ட் மேனி

• தமிழ் விஸ்வகர்மா, கடகராசி, வயது 30, 5'5'', எம்.எஸ்ஸி., என்ஜினியரிங், வெளிநாட்டில் தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை நல்ல சம்பளமும், வசதியும் உடைய வரனுக்கு அதே இனத்தில் ஒரு டிகிரி கல்வி, நல்ல நிறமும் அழகும் ஓரளவு வசதியும், கௌரவமான குடும்பமும் உடைய மணமகள் தேவை. பெண்ணின் ஜாதகம் மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 11584

• Alliance invited from employed Iyengar girls, for Vadagalai Boy, Srivatsam, Thiruvonam, 32, 175 cms, Rs. 4000/- AMIE (ME), foreman, Central Government undertaking, Trichy. Subsect no bar. Respond to Box No. 11586

• Wanted slim, fair educated girl below 23 from cultured Brahacharnam, upper middle class family for 28/168 Avittam very fairwell qualified settled Lawyer from respectable family contact Madras/ Phone 6268932, 6267023 Box No. 11588

• Wanted employed girl for Iyer Boy, 28, B.A., 5'3'', Vadamal, Srivatsa Gothram, Kettai 4 padam, working in RITES, Delhi. (Govt undertaking) Rs. 2500 + perks. Reply with horoscope and details to Box No. 11589

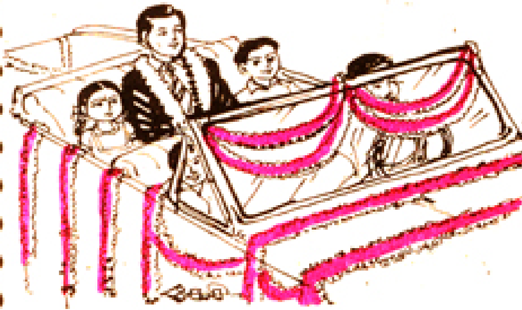
• வடகலை, ஹரிதம், கேட்டை, 27, 5'.4'', சொந்தமான ஸ்டுடியோ அண்ட் வீடியோ மாத வருமானம், ரூ. 2000/- குடும்பப்பாங்கான ஏழை பெண் தேவை. தென்கலை சம்மதம். பெட்டி எண் : 11590

• Sozhia Vellalar well-to-do, beautiful, fair, slim, Charming graduate/Post graduate girl (India/Abroad) for 28, 182, Kettai, M.S., (Computer Science)/HI/Consultant (U.S.A.) Reply horoscope to Box No. 11591

• Wanted graduate girl employed Madras based or trasnferable for Vathima, Bharadwaja, Visakam, Sevvai 8th place, B.Sc., 158 cm, Rs. 3000 reputed concern owning flat. Box No. 11592

• பிரஹசரணம், பாரத்வாஜம், மிருகசீரிஷம் 4-ம் பாதம் 31, எஸ்.எஸ்.எல்.சி., பிரைவேட், 1500/- சம்பாதிக்கும் பையனுக்கு படித்த, படிக்காத வேலைக்கு போகும் பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 11593

• சவுதி அரேபியாவில் இன்ஜினியராக பணிபுரியும் 29 வயது, 170 செ.மீ., உயரம், ரூ. 30,000 சம்பளம் பெறும் முதலியார் இன மணமகனுக்கு, குடும்பப் பாங்கான மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 11594



• Alliance invited for fair, Iyer boy, Gowthama Gothram, Visakam, 30, 168 cm, B.Sc., PGD-PPT, B.Ed., PGDCA, M.Sc., employed in State Government, from post-graduate well employed Bank, LIC, C.Govt, Govt. P.G. Assitant Teacher, employees from good family. Reply with horoscope and family details to Box No. 11595

• தெலுங்கு தேவாங்க செட்டியார், BSc., PGDSM, தனியார் நிறுவனத்தில் ரூ 9000/- சம்பளம் பெறும் 31 வயது மணமகனுக்கு, அதே இனத்தைச் சேர்ந்த பட்டதாரி மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 11596

• Alliance from decent family, educated, good looking, smart girl for Kerala Vadama, Kousika Sadayam, 32, 175, B.Com., LLB. PGDM Marketing Manager Dubai. Box No. 11597

• Wanted Iyer, Non Srivatsa, Vadama, Bangalore based preferably employed girl for 29, 178 cm, Uttratadi, CA Inter, well employed Boy. Apply with Bio-data, Horoscope optional to Box No. 11598

• Alliance invited for Bombay based boy Haritha, Hastham, 29/177 Public Sector employed, from employed girls with horoscopes. Write to Box No. 11599

• Alliance invited from Bombay Iyer boy 39, Maham, Vadamal, Koundinya Gothram, fair, having Advtg & Printing Business, seeks suitable girl reply with horoscope, bio-data to Box No. 11600

• வீரசைவம், ஜங்கம், வயது 29, விசாகம், B.Sc., B.Ed., DICPIC, தனியார் ஆங்கில பள்ளியில், தலைமை ஆசிரியராக பணியாற்றும் மணமகனுக்கு அதே பிரிவைச் சேர்ந்த, குடும்பப்பாங்கான, படித்த மணமகள் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரங்கள் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 11601

• Proposals invited from MBBS, Doctor girls for Saurashtra Doctor, MBBS, D.A., M.D. (Aneas)., male, age 27, fair. wirte with horoscope and full details to Box No. 11602

• Wanted healthy fair, tall, bright pretty well-mannered girls, for Vadamal, Bharadwajam, Poorattadhi II fair 32, 170 cm, Boy, M.Sc.,(Tech) Central Rs. 4400 awaiting promotion owning house, scooter, consultancy. Phone No. 614611 Hyderabad. Box No. 11603

• Handsome Vadama, Kowsika, Uthrattadi, 31, 173 cm, B.Sc., PGDIP Computor, Hindustan Machine Tools, Birla. Hosur. upper class. seeks fair graduate girl. Horoscope bio-data Reply to Box No. 11604

• Wanted healthy fair, tall, bright pretty well mannered girls, for Vadamal, Bharadwajam, Hastham III. fair 30, 170 cms, Boy B.Com., I.R.P.M. owns. Industry, house, multiple properties. Rs. 1,00,000/- per annum. Phone : 614611 Hyderabad. Box No. 11605

• வடமாள், 35 வயது, அய்யர், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், 5'10'', எஸ்.எஸ்.எல்.சி., ரூ. 2000 சென்னை தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் பையனுக்கு குடும்பப் பாங்கான வேலைக்குச் செல்லும் வரன் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 11606

• பிரஹசரணம், சுவாதி, எஸ்.எஸ்.எல்.சி., 32, 5'10'', சொந்த ட்ரிஸ்ட் டாக்ஸி, மாத வருமானம் ரூ. 2000/- கோவையில் உள்ள மணமகனுக்கு நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த அரக, தனியார் வேலையில் உள்ள மணமகள் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 11607

திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்யக் கட்டணம் ரூ. 75/- தொகையை 'மங்கையர் மலர்' பெயருக்குச் சென்னையில் மாற்றலாகக்கூடிய டிமாண்ட் டிராப்டாக மட்டுமே அனுப்ப வேண்டும். மணியார்டரோ, போஸ்டல் ஆர்டரோ ஏற்றுக் கொள்வதற்கில்லை. ஒரு விளம்பரத்தில் ஒரு வரனுக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தர வேண்டும். திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்பவர்களின் விலாசங்களைக் கொடுப்பதற்கில்லை. விளம்பரங்களுக்குப் பதில் அனுப்புபவர்கள், 'விளம்பரதாரர், பெட்டி எண்: C/o. மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 097 என்ற விலாசத்திற்கு அனுப்ப வேண்டும். தபால் பெட்டி எண்ணிற்கு வரும் கடிதங்களை அதற்குரிய விலாசத்திற்கு 15 நாட்களுக்கு ஒருமுறை அனுப்பி வைக்கப்படும். தபால் செலவிற்கு தனிக் கட்டணம் எதுவும் கிடையாது. இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண்களுக்கு பதில்கள் மார்ச் 31-ம் தேதிக்குள் எங்களுக்கு வந்து சேர வேண்டும். திருமண தகவல் நிலையங்கள் அனுப்பி வைக்கும் தபால்களை எங்கள் அலுவலகம் ஏற்றுக் கொள்வதில்லை. தனிப்பட்ட எந்தக் கடிதப் போக்குவரத்தும் கிடையாது.

● Alliance invited for Vatima, Bharadwaja Gothram, Uttrattadi, 34, B.Com., P.G.D.B.A., PGDPR employed in a Leading Pvt Co., Rs. 4000/- prefers graduate employed girl. Subsects no bar. Box No. 11608

● Decently employed Vadagalai Brahmin, divorcee, 32, B.A., 165cm, slim invites a life partner. Highly educated well settled. decent girl preferred. Apply with details to Box No. 11609

● Wanted good looking, domestically trained, home-loving girl for Iyengar, graduate boy 31, 166, 6000/- (divorcee without encumbrance). star Anusham, settled in Madras. no dowry, simple marriage. Reply withdetails. BoxNo. 11610

● Gajalu Balija Naidu, MA, 29, 180, 4000/- very fair, Magam, Clerk in Public Sector (Madras) seeks fair Govt, Bank, undertaking, educational Institutions employed girl. Subsect no bar. Box No. 11634

● Wanted fair graduate, unemployed, domestically trained girl below 28, for Charted Accountant, 6-1/33 Nithruba Kasyaba, Thiruvonam, Vadama, widower with 2½ years girl child, well settled in Madras. Apply Box No. 11635

● *வடமான், கௌசிக கோத்திரம், மகம் நட்சத்திரம், 31 வயது, பி.காம்., படித்து சென்னையில்* Junior Executive *ஆக* A Pvt Finance Co (TVS Group)*ல் மாத வருமானம் ரூ 3,500/-ல் பணிபுரியும், திருச்சியில் சொந்த வீடும் பிற வசதிகளும் உள்ள மணமகனுக்கு டிகிரி படித்து வேலைக்குப் போகும் அழகிய மணமகள் தேவை. முகவரி :* Mr. S. Ramesh, D 29, NEE, 5th Cross, Thillai Nagar, Trichy - 18.

● Alliance from employed, unemployed, graduate, Iyer girl below 27 for Vadhoola, Sathayam, fair boy B.Sc., Dip. in Automobile Engineering, 30, 165 cms, 3000/- Service Officer, Greaves Ltd., Lucknow. Contact : Thiru. T.R. Rajagopalan, 4, Thulukannam Street, West Mambalam, Madras - 600 033.

● Ashtasahasram, Iyer, Haritha, Pooradam, 27, 167 cms, Engineer in PSU, UP seeks qualified girls, subsect no bar. Apply with horoscope & family details to Meenakshisundaram, 51, IV Layout, Ramalinga Nagar, Saibaba Colony, Coimbatore - 641 011.

● Alliance invited for Vellala Pillai Boy, employed in Multinational firm at Bangalore B.Com., 29, 6 feet, 5000, fair, Poosam, only son. suitable girl, graduate, fair, tall. write with horoscope to Mr. K.S. Mani, 407, RBI Flats, Cunningham Crescent, Bangalore - 560 052.

● Kousika, Vadagalai, 27, Kettai, 171 cm, M.Sc., Private fair well settled family seeks alliance from graduate employed slim, fair below 23 girls of respectable family Contact : Mr. T. Thirumalai, 3, IIIrd Street, Bharathi Nagar, Pallavaram, Madras - 600 043.

● Tamil, Iyer, Brahacharnam, Haritha, Thiruvonam, 5'6", 29, 3600 working in leading english daily seeks domestically trained decently employed fair girl, subsect no bar. Contact : Mr. G. Muthukrishnan, C-498, 8th Street, Periyar Nagar, Madras - 600 082.

● Alliance for Telugu Brahmin Boy, employed National Institute Pune, 33, 168, 5000, Sravanam, from employed graduate girls transferrable. send horoscope to Mr. Ramaiah, 75 Nagappa Reddy Layout, Ramamurthy Nagar, Bangalore - 560 016.

● *வடமான், பாரத்வாஜ கோத்திரம், வயது 35, உயரம் 5'2", பி.ஏ., ஸ்டேட் பாங்கில் வேலை, ரூ. 5000/- வரனுக்கு எல்.ஐ.சி., வங்கி, கவர்ன்மெண்ட் நல்ல தனியார் கம்பெனியில் வேலை பார்க்கும் பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். முகவரி* Mr. K.S. Venkataraman, Plot No. 35, Door No. 3/45, Kumarankudi, Thoraipakkam, Perungudi PO., Madras - 600 096.

● Wanted employed/eunemployed graduate Kannada, Madhwa girl for Kousika, Sevval Dosham, Private sector, B.Com., 29, 167, 3000. Apply with horoscope to Smt. Rukmani, 37, LML Colony, Ammankulam Road, Bharathipuram, Pappanaickenpalayam, Coimbatore - 641 037.

● Alliance invited for Vadamal, Iyer Boy, Bharatwajam, Pooradam, M.Tech., (IIT), 28, 173 cms, Rs. 11500/- pm owns flat from preofessionally qualified (B.E., M.E., MCA, CA) girls. Sub-sect acceptable. Reply with horoscope to Mr. R. Kulathu, Building 3 Flat 6, Ellora Society, Deenjayal Marg, Dombivili (West) - 421 202.

● *பாரத்வாஜ கோத்திரம், திருவோணம், 28/3000/- 165 செ.மீ., மணமகனுக்கு அரசு வேலை, கோவை*

யில் நிரந்தரமான தனியார் வேலையில் உள்ள மணமகள் தேவை. அணுகவும். முகவரி திரு. கெ.பி. ஸ்ரீனிவாசன், கி-121, சேரன் காலனி, துடியலூர், கோவை - 641 034.

- துளுவ வேளாளர் முதலியார், வயது 27, பி.ஈ., படித்து சீனியர் என்ஜினியராக பணிபுரியும் மணமகனுக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த பட்ட படிப்பு படித்த மணமகள் தேவை. முகவரி : திரு. கே. சம்பத், E.B. Plot 4, சக்தி நகர், வல்லம் போஸ்ட், செங்கல்பட்டு - 603 002.

- Alliance invited from employed girls for Iyer, Bharadwaja Vadamal, Aslesha, 28, 5'6", M.Com., Rs. 3000/- Central Govt. Hyderabad. Contact Mr. M. Sreenivasan, 13-44, Yadav Nagar, Malkajgiri, Secunderabad - 47.

- Alliance invited from good-looking, domestically trained, graduate girls for Vadama, Pooram, 5'5", B.Sc., very fair, 31 years, owner of leading Chemical Company. Reply with horoscopes to Mr. R. Narayanan, D-23, N.E.E., Thillainagar, Trichy - 620 018.

- சிம்ம ராசி, பூரம் நட்சத்திரம், உயரம் 5'.5", பிறந்த தேதி 20.2.62, படிப்பு பி.ஏ. டி.பார்ம்., தனியாக தொழில் செய்கிறார், போட்டோ ஸ்டுடியோ, S.T.D. ஜெராக்ஸ், கலர் லேப், கொரியர் சர்வீஸ், தந்தை நாயுடு. தாயார் தெலுங்கு பிராமின், தந்தை காலமாகி விட்டார். ஜாதிமத பேதமில்லை. முகவரி : Mrs. G. V. Parameswari, Retired Teacher, 84, Dr. Ida Scudder Road, Opp. CMC Hospital, Vellore - 632 004. Phone: 24172, 26473.

- ஐயர், வடமாள், நைத்ருப காச்யப கோத்திரம், உயரம் 5'3", பி.காம்., உத்திரம், 31, சொந்தத் தொழில், Consultancy Export Garments, மாத வருமானம், ரூ. 7000/- பெறும் பையனுக்கு, வேலைக்குச் செல்லாத பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். முகவரி : ஏ. தண்டபாணி, 4, கோபால் தெரு, தி. நகர், சென்னை - 17.

- Alliance from only Vadakalai, Iyengar Girls for Boy Sadamarshana, Karthigai, 32, established own Electrical trading business at Coimbatore, 6000/- details to Mr. V. Krishnan, 52, Rajaji Street, Madhavaram, Madras - 600 060.

- வடமாள், பாரத்வாஜம், பூரம் 32 வயது, 168 செ.மீ., சிவப்பு, எஸ்.எஸ்.எல்.சி., தனியார் கம்பெனியில் 8000/- சம்பாதிக்கும் பையனுக்கு பெண் தேவை. விண்ணப்பிக்கவும். முகவரி : Mr. T.V. Ramamurthi, A/10 Preetisagar, Ramadaswadi, Opp. Poornima, Kalyan - 421 304.

- Vadama, Ayilyam, SSLC, Boy 33, owning flat employed Tamil Nadu Govt. Guindy seeks alliance with SSLC unemployed domestically trained girl Contact to Balasubramanianm, 17, Tenth Street, Nanganallur, Madras - 61.

- ஐயர், பிரஹசரணம், காஸ்யப கோத்திரம், சித்திரை முதல் பாதம், 10வது பாஸ், பிரஸ்ஸில் பணி (1500) 33, 5.5" 2 பெரிய சகோதரர்கள், தகப்பனார் இல்லை. சொந்த வீடு இல்லை, உட்பிரிவுகள் சம்மதம். வேலைக்குச் செல்லும் அல்லது வேலை பார்க்கும் தகுதி வாய்ந்த பெண் தேவை. ஜாதகம் உள் ளது. Expect simple marriage. Mr. K.N. Subramanian, Essar Oil Ltd., Refinery Division, 7th Floor, Essar House,



P.O. Box No. 7913, Opp. Race Course, Mahalaxmi, Bombay - 400 034.

● தஞ்சாவூர் கள்ளர், வயது 29, 169, ரூ. 5000/- பப்ளிக் செக்டார், பரோடாவிலுள்ள அழகான பைய னுக்கு வயது 20-க்கு மேலுள்ள அழகான, சிவப்பான, குடும்பப்பாங்கான, நன்கு படித்த வேலைக்குச் செல் லும், செல்லாத (படித்த) மணமகள் தேவை. முகவரி : Mr. N. Venkatapathy, EIL, LPG Recovery Project, GIDC Industrial Area, Vaghodia, Baroda - 391 670.

● ஐயர், வடமான், கௌண்டன்ய கோத்திரம், பூரம், B.Sc., PGDCA, 31, 163, ரூ. 4000/- தனியார் நிறு வனத்தில் பணிபுரியும் பையனுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த பட்டப் படிப்பும், நல்ல குணமுள்ள குடும்பப் பாங்கான பெண் தேவை. தொடர்பு : சி. வி. இராம மூர்த்தி, ''சிவேந்தரா'', கே. வடமதுரை, கோவை - 641 017.

● Alliance invited from India or America based well educated Brahmin girl for America based, Brahacharanam, Brahmin boy Kapi Kothram, Ashwani star, B.E. and Double M.S. aged 29, height 5'8'' send horoscope to Mr. Venkataraman, C/25/C, Gangotri Enclave, Alaknanda, Kalkaji, New Delhi - 110 019. Contact : 6412965.

● ஐயர், வடமான், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், மகம், எஸ்.எஸ்.எல்.சி., வயது 29, சொந்தமாக தொழில், மாத வருமானம், 3,500/- வேலைக்குச் செல்லும் நல்ல குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. முகவரி : வி. மகாதேவன், 20, திருவள்ளுவர் கோயில் தெரு, மைலாப்பூர், சென்னை - 4.

● 155, 42, 6500/- முறையாக விவாகரத்து பெற்று எந்த வில்லங்கமும் இல்லாத பி.ஏ. படித்து தனியார் கம்பெனியில் நல்ல வேலையில் இருக்கும் வரனுக்கு, வடமான் பிரிவைச் சேர்ந்த அழகான, அடக்கமான, அன்பான பெண் தேவை. வரதட்சணை வேண்டாம். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். முகவரி : ஸ்ரீராம நடராஜ தீக்ஷிதர், 4, 3வது மெயின் ரோடு, ஜவகர் நகர், சென்னை - 82.

● வடமான், பாரத்வாஜ கோத்திரம், விசாகம் 4-ம் பாதம், 28 வயது, 5'5'', சொந்தமாக புக் ஷாப் வைத் துள்ள மாதம் ரூ. 7000/- வருமானமுள்ள பையனுக்கு படித்த, நல்ல குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை.





முகவரி : ஆர். முத்துஸ்வாமி, சாரதா புக் ஹவுஸ், மெயின் பஜார், நெய்வேலி டவுன் ஷிப்.

● வடமாள் பாரத்வாஜ கோத்திரம், அவிட்டம் 27 வயது, 163 செ.மீ., தனியார் கம்பெனியில் சேல்ஸ் எக்ஸிகியூட்டிவாக பணியாற்றும் ரூ4000/- வருமானமுள்ள பையனுக்கு படித்த, வேலையிலுள்ள பெண் தேவை. முகவரி : ஆர். முத்துஸ்வாமி, சாரதா புக் ஹவுஸ், மெயின் பஜார், நெய்வேலி டவுன் ஷிப்.

● Wanted bride, Central, State, Bank, LIC, Teacher for Astasahasram, Neidrubakaseeba, Anusham, B.Com., Central Government, Rs. 4000/- 29, 5'6", subsect no bar. Apply to S. Sundaram, 41 Bazaar Street, K.K. Nagar, Madras - 78.

● Alliance invited from employed girl for Vadama Boy, Kousika, Uthiradam, boy employed in Nationalised Bank at Madras as attender. Boy's age 36. Reply with horoscope and family details. Contact : Mr. K. Kumar, Flat No. 29, Mohan Apartment, No. 88, South West Boag Road, T. Nagar, Madras - 600 017.

● சொத்துள்ள ரெட்டியார், C.A. படித்து வேலையிலுள்ள, ஒரே மகனுக்கு வயது 32, அதே இனத்தில் தகுந்த பெண் தேவை. பிறந்த தேதி, நேரம், ஊர் முதலியவற்றுடன் மற்ற விவரங்கள் தெரிவிக்கவும். முகவரி : திரு. T.S. ராமசாமி, 277, அண்ணா சாலை, சென்னை - 18.

● சோழிய வேளாளர் பிள்ளை வகுப்பு, வெஜிடேரியன், படிப்பு +2, கேட்டை நட்சத்திரம், வயது 31, உயரம் 167 செ.மீ., மாத வருமானம் ரூ. 2250/- போஸ்டல் டிபார்ட்மெண்டில் நிரந்தர பணியில் உள்ள செவ்வாய் தோஷமுள்ள வாலிபருக்கு உள்ளூரில் வேலையில் அல்லது வேலைக்குச் செல்ல விரும்பும் செவ்வாய் தோஷமுள்ள படித்த வெஜிடேரியன் பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் உடனே தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : திரு. எஸ். திருநாவுக்கரசு, 23, ராமசாமி தெரு, அயனாவரம், சென்னை - 600 023.

● Vadagalai, Bharadwajam boy, Barani fair, software Engineer, BE, 26/171, Bangalore based, on deputation to U.S.A. likely to return in August '95, seeks good-looking, fair complexioned well-qualified girl from decent family. Knowledge of Carnatic music preferred. Reply with horoscope to Contact : Mr. K.S.S. Rajan, 272, 11th Cross, J.P. Nagar, I Phase, Bangalore - 560 078.

மணமகன் தேவை

● Alliance for Telugu Mulakanadu, Vathula, Uthram, girl, 31, (B.Com.,) decently employed, same community boys, sub-sect no bar. Reply with horoscope to Box No. 21467

● Alliance for very fair B.A.B.Ed., (studying MA) Kausikam, Maham, 22, 163 from parents of professionals self employed, decently employed PG/BE grooms upto 28 years. Send horoscope and details to Box No. 21468

● Telugu, Niyogi Brahmin, Kasyapa girl 23, 158 M.Sc., (Maths) Rohini, fair, seeks well settled qualified boys of South India. Horoscope bio-data. Box No. 21471

● Alliance for Telugu, Brahmin, Mulakanadu, Vadulasa girl, Sravana star, M.Sc., (Maths) B.Ed., PGDC, 30, 166 cm, employed from well placed and equally qualified same community boys. subsect no bar. Reply with horoscope to Box No. 21474

● Alliance for Telugu Brahmin, Niyogi, Sandilya, Poorattathi girl 27, 155cm, B.Com., Hindi, Visharath, unemployed, domestically trained State, Central, reputed company qualified boys. Subsect no bar. Reply with horoscope to Box No. 21475

● ஐயர், பிரஹசரணம், கௌசிக கோத்திரம், உத்திராடம் நட்சத்திரம், SSLC, உயரம் 5¼, சென்னையில் தனியார் கம்பெனியில் ரூ 1000/- சம்பளத்தில் உத்தியோகம், சகோதரிகள் மூவர், தம்பி கடைசி, தகப்பனார் இல்லை, தாயார் உண்டு. எளிய முறையில் திருமணம். பரந்த மனப்பான்மையுள்ளவர்கள் அணுகவும். பெட்டி எண் : 21476

● கார்காத்த சைவப் பிள்ளை, 25, எம்.பி.பி.எஸ்., அனுஷம், அழகான சிவப்பு நிறமுடைய குடும்பப் பாங்கான பெண்ணிற்கு, கார்காத்தார், சைவப் பிள்ளை இனத்தைச் சேர்ந்த டாக்டர், இன்ஜினியர், India/ Abroad மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 21477

● Wanted Smart, handsome, Iyengar, Iyer boy decently employed, Bank, Govt, bachelor widower for bride Iyengar, 35, 5'.5", very fair, beautiful, Punarvasu, Bharadwaja, B.Com., Hindi Pandit, Bashe Praveene. Reply with details of family, profession. Box No. 21478

● தெலுங்கு ஐயர், பாரத்வாஜ கோத்திரம், மகம் நட்சத்திரம், 27, பி.காம்., படித்திருக்கும் குடும்பப் பாங்கான நல்ல நிறம் உள்ள பெண்ணுக்கு தகுந்த நல்ல உத்தியோகத்தில் இருக்கும் வரன் தேவை. குடும்ப விவரம் ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண் : 21479

● தெலுங்கு ஐயர், பாரத்வாஜ கோத்திரம், திருவாதிரை நட்சத்திரம், 29, பி.எஸ்ஸி., படித்திருக்கும் குடும்பப்பாங்கான நல்ல நிறம் உள்ள பெண்ணுக்கு தகுந்த நல்ல உத்தியோகத்தில் இருக்கும் வரன் தேவை. குடும்ப விவரம், ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண் : 21480

● கார்காத்த வேளாளர் பெண், சித்திரை நட்சத்திரம், பி.காம்., வயது 29, தற்சமயம் தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை பார்க்கும் மணமகளுக்கு, அதே இனத்தில் அரசு அல்லது தனியார் துறையில் வேலை பார்க்கும் மணமகன் தேவை. திருநெல்வேலி சைவ வேளாளர் மணமகன்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். ஜாதகம் மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 21481

● ஸ்மார்த்த தேசிஸ்த மராத்தி பேசும் 34 வயது, ஆத்ரேய கோத்திரம், அனுஷம், தனியார் கம்பெனியில் நல்ல வேலை பார்க்கும் பெண்ணுக்கு அதே ஜாதியில் வரன் தேவை. 1-2 குழந்தைகள் உடைய, விவாகரத்து ஆனவர்கள்/மனைவியை இழந்தவர்கள் 40-45 வயது உள்ளவர்கள் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண் : 21482

● பிரஹசரணம், ஸங்க்ருதி கோத்திரம், திருவாதிரை, 30/152 செ.மீ., பி.எஸ்ஸி., படித்துள்ள மத்திய அரசில் பணிபுரியும் பெண்ணிற்கு கவர்ன்மெண்ட், வங்கியில் பணிபுரியும் வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன்

தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 21483

● நாட்டுக்கோட்டை செட்டியார் இளம் விதவை வேலையிலுள்ள பெண்ணிற்கு 34 வயதுக்கு மேல் 40 வயதுக்குள் உள்ள நல்ல வேலையிலுள்ள பிள்ளையார் பட்டி இரணிக்கோவில் தவிர மற்ற நாட்டுக்கோட்டை நகரத்தார்கள் விவரங்களுடனும், ஜாதகத்துடனும் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 21484

● ஐயர், வாதூல கோத்திரம், அஷ்டசாஸ்திரம், பி.எஸ்ஸி., 25, 150 செ.மீ., மூலம் சென்னையில் நல்ல லிமிடெட் கம்பெனியில் நிலையான வேலையில் உள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு நல்ல வேலை, கை வருமானம் உள்ள ஐயர் மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 21485

● Alliance invited for Vadama, Kousika, Chitrai, 22, 163 cm, fair, B.Sc., B.Ed., Praveen, unemployed girl groom must be permanently employed, BE, CA, Bank Officer, with higher salary, with in 28 years. Immediate decent marriage. send horoscope with details. Box No. 21486

● Alliance for Iyer, Vadhyamal, Bhardwaja, Revathi, II padam, 5'.1'', fair, slim, homely girl, 29-02-1960, doing B.A., from well-employed bachelors, within 40 years, Reply with family details & horoscope to Box No. 21487

● Vadama, Vadhula Pooram, 27, 167 B.Sc., A.C.S.(CA) fair complexion seeks post-graduate Doctor, ACS, CA, AICWA Kerala Brahmin groom. Box No. 21488

● கவரா நாயுடு, வயது 30, பி.ஏ., படித்து, தனியார் பள்ளியில் ஆசிரியர் வேலை பார்க்கும், சிவப்பு நிற முள்ள பெண்ணுக்கு, நல்ல வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகம் தேவையில்லை. பெட்டி எண் : 21489

● சௌராஷ்ட்ரா (திருச்சி) மாணிக்கா, மௌஞ்ஜியான, மகாரஷி கோத்திரம், பூரம் நட்சத்திரம், எம்.ஏ.எம்.எட்., 144, 34 குடும்பப்பாங்கான ஒரே பெண்ணுக்கு அதே இனத்தில் படித்த, நல்ல வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 21490

● +2, 160, 29, அழகான பெண்ணிற்கு தமிழ் பேசும் இந்துக்களிடமிருந்து விண்ணப்பங்கள் வரவேற்கப்படு கின்றன. தாய் வன்னியகுல க்ஷத்திரியர், தந்தை முஸ் லிம். பெட்டி எண் : 21491

● ஐயர் பிரஹசரணம், 29, அஸ்வினி, கௌசிக கோத்திரம், பி.எஸ்ஸி.எம்.எட்., 5'', சிவப்பு நிறம், உட்பிரிவு சம்மதம். அரசாங்கம், வங்கி, எல்.ஐ.சி., பணியாற்றும் மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 21492

● தெலுங்கு வெலநாடு ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், ரேவதி நட்சத்திரம், வயது 30, +2, ஹிந்தி விசாரத், டைப் ரைட்டிங் தமிழ், ஆங்கிலம் தேர்வு. பெண் தற்பொழுது தனியார் பள்ளியில் வேலை செய்கிறார். மாத வரு மானம் ரூ. 1000/- பெண்ணிற்கு தனியார்/ அரசு வேலைகளில் இருக்கும் மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 21493

● Alliance invited for Vadakalai, Bharathwajam, Ayilyam 4th padam, B.E. girl, 25 years, 155 cms, from B.E., CA, and other professionals and Bank, LIC, officials. Thenkalai acceptable. Box No. 21494

● 25 வயதுள்ள +2 வரை படித்த பேரி செட்டியார் (ஆயிர வைசியர்) இனத்தைச் சேர்ந்த குடும்பப் பாங்கான பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையில்/தொழிலில் உள்ள மணமகன் தேவை. தங்களின் முழு விவரத் தையும் அனுப்பவும். பெட்டி எண் : 21495

● Alliance invited for Vellala Pillai girl, M.Sc., M; Phil 25, 160, Rs. 3000/- employed in L.I.C. from well qualified employed boy, sub-sects no bar. Reply with horoscope to Box No. 21496

● தேவர் குலம் (மறவர்) திருநெல்வேலி பெண் 22, 150, புனர்பூசம், பி.காம்., கம்ப்யூட்டர், பம்பாயில் பிறந்து, படித்து, தனியார் நிறுவனத்தில் எக்ஸிக்யூட் டிவ்வாக வேலை பார்க்கும் அழகான பெண்ணுக்கு, பம்பாயில் வேலை பார்க்கும் தகுதியான பட்டதாரி மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். முழு விவ ரத்துடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 21497

● இந்து, ஆதிதிராவிடர் பெண், எஸ்.எஸ்.எல்.சி., டைப்ரைட்டிங் ஹையர், வயது 25, உயரம் 151 செ.மீ., பிரைவேட் கம்பெனியில் டைப்பிஸ்ட் வேலை செய்யும் பெண்ணிற்கு அதே இனத்தில் தகுந்த வரன் தேவை. முழு விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்க. பெட்டி எண் : 21498

● Brahacharanam girl, Kaushika, Bharani, graduate 26, 5'.2'', 4000/- P.A. in Defence, New Delhi seeks graduate employed, Delhi based in Government or Reputed Concern. Sub-sect no bar. Reply with horoscope to Box No. 21499

● Karkathar Saiva Pillai, 25, 162 cms, 3000 Revathi, graduate in Physiotheraphist, Assistant Lecturer reputed College Madras. seeks professionally qualified well settled Karkathar groom. Reply with horoscope bio-data. Box No. 21500

● Alliance for Vadama girl, age 24, graduate, not employed, sub-sect no bar. Innocent divorcee, within 2 weeks. Reply to Box No. 21501

● Well educated employed, self employed Iyer Groom, for M.Sc., B.Ed., typewriting higher, fair, good looking girl, 30, 153, Bharadwaja Gothram, knows Hindi, willing to undergo employment. Sub-sects acceptable, horoscope, details to Box No. 21502

● வடகலை, வாதூலம், சதயம், 28, 152 செ.மீ., DECE மாநிறம், பாண்டிச்சேரியில் கம்ப்யூட்டரில் வேலை, ரூ. 2000 வரனுக்கு பாண்டிச்சேரி அல்லது சுற்றுப்புறங்களில் நல்ல வேலையிலிருக்கும் அல்லது மாற்றிக் கொள்ளத்தக்க வேலையிலிருக்கும் மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 21503

● சௌராஷ்டிரா சௌனக கோத்திரம், கார்த்திகை நட்சத்திரம், சிவப்பு 26, 5'.1'', ரூ 3000, பி.காம்., நிரந்தரமாக சென்னையில் (public sector) தனியார் கம்பெனியில் வேலை பார்க்கும் பெண்ணுக்கு வங்கி, மத்திய, மாநில, தனியார் துறையில் வேலை பார்க்கும் அதே இனத்தில் உள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகம் மற்ற விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 21504

● Alliance invited from Brahmin boy well qualified, Officer, Executive below 34 years for innocent divorcee without encumbrance Iyer, Vadama, Naithravakasyaba, Visakam, Vrichigam fair M.A.,

PGDCS 28, 155, 2600 Central Govt. subsect/Iyengar/ Widower/Divorcee without encumbrance acceptable. Respond to Box No. 21505

● Alliance for Kanniyakumari Iyer girl, Vadama, Poosam, homely, +2, 23, 156, Diploma in Printing Technology and Secretarial Practice course, having own printing press from Non-Bharadwaja boy, decently employed LIC, Bank, Central Govt. or own business. Reply with horoscope to Box No. 21506

● Computer Engineer NRI seeks Balija Naidu, Computer professional groom for his sister (24/D.T.E) employed as teacher in a famous school in Cuddalore. Job assured for the groom. Box No. 21507

● Alliance invited from Sourashtra BE, CA, MBA boys for the only good looking girl of a respectable family in Madras, 27 years, M.Com., M.Phil, working as a lecturer. Box No. 21508

● Alliance invited for Athreya, Vathima, Poosam graduate girl 21, 165 cms, with Chevvai dosham from well employed Iyer boys below 28 years. Send horoscope with family details. Box No. 21509

● Alliance invited from professionally qualified, employed boys for Vadamal, Srivatsa, Punarpoosam, fair, good looking, 25, 5'3", B.Sc., B.Ed., girl, reputed family, father Deputy Collector, early decent marriage. Send horoscope details. Box No. 21510

● Mounabharfava, Karnakamma Telugu Brahmin girl Swathi 26 B.Com., doing CA, 150 fair, slim seeks alliance from Telugu Brahmin any sect decently employed graduates under 32 apply Box No. 21511

● Alliance invited from Mudaliar employed boy, for Mudaliar girl, M.A., M.Phil., B.Ed., 27, 160 cm, employed in Private School. Contact with horoscope to Box No. 21512

● சைவ வேளாளர், வயது 27, உயரம் 156 செ.மீ., பி.ஈ., பகுதி நேரப் பிரிவில் படித்து வரும் பேராசிரியரின் மகளுக்கு, அதே இனத்தை, மற்ற சைவ வகுப்பைச் சேர்ந்த, பட்டப் படிப்பு, முதுநிலை படிப்பு படித்து நிலையான வேலையில் உள்ள, நல்ல பழக்கமுள்ள வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 21513

● சைவப் பிள்ளைமார், வயது 25, 5 அடி 1 அங்குலம், சிவந்த நிறம், கேட்டை, M.Com., DOM, மணமகளுக்கு இதே இனத்தில் (அரசாங்க, தனியார், வங்கியில்) பணிபுரியும் வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 21514

● Brahacharnam, Koundinya, Vishakam fourth padam, graduate 29, 152, 3000 Central Govt. employed Madras very fair, complexion seeks qualified well employed graduates. only son or youngest son preferred . send horoscope and family details to Box No. 21515

● Alliance invited for fair, Iyer girl, Gowthma, Poorattathi, 23, 155 cms, B.Sc., knowing Hindi, from well settled and good family BE, Bank, LIC, C. Govt Officers, boys. Early marriage. Reply with details and horoscope to Box No. 21516

● உடையார், வயது 23, 165 செ.மீ., உயரம், திருவாதிரை நட்சத்திரம், பி.காம்., டைப்பிங் ஹையர் பாஸ் செய்த அழகான பெண்ணிற்கு நன்கு படித்த அரசு அல்லது தனியார் நல்ல நிறுவனத்தில் வேலை செய்யும், 30 வயதிற்குட்பட்ட அதே இனத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 21517

● Alliance invited from highly educated well employed Boys for Brahacharanam, Bharadwaja tall, beautiful, M.A., M.Phil., B.Ed., girl 25/167. Sub-sect no bar. Reply with full details and horoscope to Box No. 21518

● Wanted healthy, well-qualified, well-mannered boys, for Vadamal, Bharadwajam, Jyeshta fair, slim 27, 158 cms, M.Sc., Bio(chemistry) employed girl, Joining Government, planning own laboratory, acquiring flat, phone : 614611 Hyderabad. Box No. 21519

● மாத்வா, தேசிஸ்தா, 28, 5', பி.ஏ. பி.எட்., மிருகசீரிஷம், இந்தி பிரவீண், வீணை தெரியும், சிகப்பு நிறம், நல்ல தோற்றமும் குணமுடைய பெண்ணுக்கு அதே இனத்தில் நல்ல மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 21520

● Thanjavur Vathima girl, 22, 160 cms, Medium build Swathi 2 padam, Bharadwajam, good looking M.Com., working girl seeks alliance from well qualified, employed by 25 to 29 send horoscope and biodata to Box No. 21521

● Wanted broad-minded loving caring Brahmin Companion preferably widower for Koundinya Tamilian graduate issueless innocent youngish looking divorcee steno 43, 152 star Chitirai respectable family. Box No. 21522

● 35, ரோகிணி 1-ம் பாதம், கௌசிக கோத்திரம், தெலுங்கு ஐயர், தட்டெழுத்து மற்றும் பி.ஏ. தேர்வு பெற்ற வேலையில்லாத பெண்ணிற்கு அரசு, தனியார் கம்பெனி நல்ல உத்தியோகத்திலுள்ள மணமகன் தேவை. தெலுங்கு ஐயர் உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 21523

● Karkattha Vellala graduate, 25, 162 fair, slim, Moolam III patham, Sevvai dosham, seeks suitable alliance same caste professionally qualified well employed decent family, good looking. send horoscope & Biodata to Box No. 21524

● Suitable alliance sought for intelligent, good looking, very fair complexioned post-graduate girl, Moudgalya, Karthikai, Vadagalai girl, 26, 155, 6500 Officer in PSU Madras. Father doing Lucerative Business in City. Madras based boys with Aptitude for Business preferred. Please contact with full particulars. Box No. 21525

● வாத்திமாள், ஐயர் கபில கோத்திரம், மூலம் நட்சத்திரம், வயது 31, 5 அடி உயரம், நல்ல நிறம், குடும்பப் பாங்கான வேலையில்லாத பட்டதாரி பெண்ணுக்கு நல்ல தனியார் நிறுவனம், வங்கி, அரசு மற்றும் பொதுத் துறையில் வேலை பார்க்கும் மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 21526

● ஆர்ய வைஸ்ய, சதய நட்சத்திரம், 26, 156, பண்பாடும் நல்ல நிறமும் அமைந்த, விவாகரத்தான, சட்டச் சிக்கலற்ற வரன். விட்டலங்கார வல்லுனர். 32 வயதுக்குட்பட்ட தொழிலதிபர் அல்லது தொழில் முறைப் பணியாளர்கள் ஜாதகம் அனுப்பவும். திருமணம் விரைவில் கௌரவமான முறையில் நடத்தப்படும். பெட்டி எண் : 21527

● Wanted Hindu graduate well employed bridegroom for Kamma Naidu bride unmarried 36 years fair, graduate well employed in Central Govt. Box No. 21613

● ஐயர், பிரஹசரணம், பாரத்வாஜம், பரணி பி.ஏ. 26, 135 செ.மீ., நல்ல வேலையிலிருக்கும் பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையிலிருக்கும் பட்டதாரி வரன் தேவை. ஜாதகம் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : K. Srinivasan, C-283, 5th Avenue, Ashok Nagar, Madras - 83.

● சோழிய வெள்ளாளர் இனம், உத்திரம், வயது 30, எஸ்.எஸ்.எல்.சி., படித்த ஒல்லியான, சிகப்பான, நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த, தந்தையை இழந்த அமைதியான பெண்ணிற்கு பெண் வீட்டிலிருந்து அதிகம் எதிர்பார்ப்புகளை விரும்பாத மணமகன் உதவும் நல்ல இதயம் கொண்டவராக இருத்தல் முக்கியம். *(சோழிய வெள்ளாளர் இல்லாத மற்ற இனத்தவரும் தொடர்பு கொள்ளலாம்.)* முகவரி : Mr. M. Sundaraj, Keerthy House, Muniammal Road, Kammanahalli Main Road, R. S. Palya, M.S. Nagar P.O. Bangalore - 560 033.

● Girl aged 30 years, 5'.4", B.A., Typewriting English Higher, Computer Trd., Haritha Thengalai, Poorattadhi, seeks alliance with Tamil Boys employed in North Indian Cities. Write with horoscopes to K. Srinivasan, Sri Chakra Nagar, E.B. Colony, Madurai - 625 014.

● Alliance invited from Vadamal, Non-Kousika, decently employed boys for girl aged 29, fair, Sathayam, domestically well trained un employed graduate. Decent marriage. Contact : Mr. P. Dhandapani, 35, SBM Colony, Hosur - 635 110.

● வயது 33, பலிஜா நாயுடு, பி.ஏ.பி.எல்., வழக்கறிஞராக தொழில் புரியும் பெண்ணுக்கு படித்த வேலை பார்க்கும் அல்லது சுயதொழில் புரியும் மணமகன் தேவை. decent marriage, terms negotiable. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். குடும்ப விவரத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். முகவரி : Mr. K. L. Devaraj, Manager, Pandiyan Grama Bank, K. V. Nallur - 627 753. Tirunelveli Dt.

● Alliance invited from Kerala Iyer boys aged only 40 to 43 for a girl, SSC, Srivatsam, Anusham contact Mr. Ramachandran, 6/267 Vijayananda, Sion East, Bombay - 400 022.

● Suitable alliance for girl, born in Septr. 1965, Brahacharanam, Srivaatsa Gothram, Uthiradam, MA, 158 cms, well versed in family environment. age preferred. 33-34. Contact : Mr. M. Balachandran, H.No.2-2-185/55/H, Srinivasa Nagar Colony, Bagh Amberpet, Hyderabad - 500 013.

● Alliance for graduate, DCA selected for LIC, Tamil Iyer, Vadama Haritha, Ayilyam III padam, fair, 25, 155 from profesionals only. Reply Mr. Naganathan, Senior Reporter of Police, COP Office, Coimbatore - 641 018.

● தென்கலை, கன்வ கோத்திரம், உத்திரம், 160 செ.மீ., 20, பி.காம்., சுத்த ஜாதகம் உள்ள பெண்ணிற்கு பட்டதாரி, கவர்ன்மெண்ட், பப்ளிக் செக்டரில் வேலை செய்யும் வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் பரவாயில்லை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி: D.V. Lakshmanan, 60/5, S.S.S. Koil Maniyam, Kosapet, Vellore - 632 001.

● Wanted employed educated Boy for Bhuwaneswari, SSLC shorthand, typewriting Instructor fair, 5'.5" domestically well trained Bharathwajam, Vadamal star Puram. Contact : Mr. Krishnaier, 77, Alagappa Chettiar Road, Tatabad, Coimbatore - 12.

● Send horoscopes for Brahmin girl, BE (Electronis) employed 26/150 cms, Baradhwaja, Brahacharanam, Moolam to Mr. V.S. Srinivasan, 1-B, 4th Street, Mullai Nagar, P.N. Pudhur, Coimbatore - 641 041.

● வடமான், பாரத்வாஜம், 24, 166 செ.மீ., சிகப்பு, அழகான, ஆயில்யம் 4-ம் பாதம், எம்.ஏ., எம்.ஃபில், கம்ப்யூட்டர் படிப்பு, சொத்துக்கள் வருமானமுள்ள வசதியான ஒரே பெண்ணிற்கு மேல் படிப்பு, உயர்ந்த உத்தியோகம், ஆபீசர், 30 வயதிற்குள் மணமகன் ஜாதகம் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். முகவரி : எஸ். சரோஜா, 20 வடக்கு ரதவீதி, கைலாசபுரம், திருநெல்வேலி ஜங்ஷன் - 627 001.

● நல்ல அழகான 30 வயது, முதலியார் M.A.M.Ed., P.G.D.L.A. படித்த வேலையிலுள்ள பெண்ணிற்கு தகுந்த வரன் தேவை. பிறந்த தேதி, நேரம், ஊர் முதலியவற்றுடன் மற்ற விவரங்கள் தெரிவிக்கவும். முகவரி : திரு. டி. எஸ். ராமசாமி, 277 அண்ணா சாலை, சென்னை - 18.

● Alliance invited for Vadamal, Iyer girl, Bharatwajam, Makam, 25, 161 cms, working B.Arch., (Architect), good-looking smart from professionally qualified (B.E. M.E. MBA., CA. MCA) Boys Sub-sect acceptable. Reply with horoscope to Mr. R. Kulathu, Building 3, Flat 6, Ellora Society, Deendayal Road, Dombivli (West), 421 202.

மணமகன் மணமகள் தேவை

● வாணியச் செட்டியார், வயது 24, ஆசிரியர் பயிற்சி, தட்டெழுத்து படித்த பெண்ணுக்கு வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. சகோதரன், 29, எம்.காம்., ரூ 15000 சம்பளத்தில் வெளிநாட்டில் வேலையிலுள்ள மணமகனுக்கு படித்த வேலையிலுள்ள மணமகள் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண் : 30087

● Balija Naidu, (Gavara) boy, Reserve Bank employed 31, 164, 6000 B.Sc., CAIIB, Vishagam and sister fair B.Com., 150 cms. employed/well settled girls preferrable. Send horoscope to Box No. 30088

● அகமுடையார் (சேர்வை தேவர்) மகள் வயது 26, +2, மகன் வயது 24, கிளார்க் சதர்ன் ரெயில்வே. பொருத்தமான மணமக்கள் தேவை. பெட்டி எண் : 30089

Printed and Published by V. MURALI on behalf of MESSRS BHARATHAN PUBLICATIONS PRIVATE LIMITED, at the *BHARATHAN PRESS*, 47, Jawaharlal Nehru Road, Ekkaduthangal, Madras - 600 097.
Editor : MANJULA RAMESH. Managing Editor : V. MURALI
Telephones – Editorial : 2345624; Circulation Manager : 2345623; Subscription and Advertisement : 2345622; Director : 2345621.
Annual Subscription : India Rs. 84/-; Overseas : Rs. 600/- (Air Mail); Rs. 250/- (Sea Mail);
Half Yearly Subscription : India Rs. 42/-; Overseas : Rs. 300/- (Air mail); Rs. 125/- (Sea Mail).

சேமிப்பில் உங்கள் அக்கறை இது போல இருக்கிறதா?



உங்கள் குழந்தைகள் நன்கு வளர, அன்பும் அக்கறையும் கொண்டு, ஊட்டம் மிக்க உணவைத் தருகிறீர்கள்.

அவர்களுடைய எதிர்காலம் சிறந்து விளங்க, உங்கள் சேமிப்பிலும் அதைப் போலவே அக்கறை காட்டுகிறீர்களா?

இதோ, எக்ஸெல் ரெக்கரிங் டெபாசிட் திட்டம் — உங்கள் சேமிப்பை நன்கு பேணி வளர்க்கச் சிறந்த வழி.

எக்ஸெல் ஃபைனான்ஸில் உங்களுடைய சிறு டெபாசிட்டுகள் ஒரு பெரும் தொகையாக வளர்ந்து, பின்னர் பெரிய செலவுகளையும் எளிதாய்ச் சமாளிக்க உங்களுக்கு உதவும். அதுவும் நல்லதொரு நன்னம்பிக்கையுடன்... அந்தத் நன்னம்பிக்கையைத் தருவது — சேமிப்புக்குத் தேர்ந்தெடுத்த மிக நம்பகமான இடம்தான் — எக்ஸெல் ஃபைனான்ஸ் லிமிடெட். இது மெர்க்கன்டைல் கிரெடிட் கார்ப்பரேஷனின் சார்பு நிறுவனம்... எம்.ஏ.சிதம்பரம் குரூப்பின் ஓர் அங்கம்.

உங்கள் வாழ்வில் வளமை மேன்மேலும் பெருக, மற்றுமொரு வழி காட்டுகிறது எக்ஸெல் ஃபைனான்ஸ். எங்களுடைய ரெக்கரிங் டெபாசிட் சேமிப்புத் திட்டத்தில் சேர்ந்து, ஒளிமயமான, பாதுகாப்பான எதிர்காலத்தை எதிர்நோக்குங்கள்.



எக்ஸெல் ஃபைனான்ஸ் லிமிடெட்

டெம்பிள் டவர், 3-வது மாடி,

476/2, அண்ணா சாலை, நந்தனம், சென்னை - 600 035.

ஆம், எனது குழந்தையின் எதிர்காலத்தில் எனக்கு அக்கறை இருக்கிறது. அதனால் இத்திட்டத்தைப் பற்றிய விபரங்களை அனுப்பவும்.

பெயர்: ....

குழந்தைகளின் விபரம்: ....

முகவரி: ....

....

PROFAD/EXCEL/1021/TAM.

அறிமுகம்

வைடூர்யா பட்டுப்புடவைகள் திருமணம் மற்றும் விசேஷ வைபவங்களுக்காகவே!



100% Pure Silks

Ensure Peacock Silk Tag on every genuine saree

Available at all leading Silk Showrooms

வைடூர்யா பட்டுப்புடவைகள்! கனமான பட்டு, சிறந்த தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட ஜரிகை, பிரம்மிப்பூட்டும் டிசைன்களில் நெய்யப்பட்ட வைடூரி பட்டுப்புடவைகள் தங்கள் திருமணம் மற்றும் விசேஷ வைபவங்களுக்காகவே! கண்கவரும் பல்லு மற்றும் பேனல் பின்வரும் உடையது உடனே வாங்கி அணிந்து மகிழ்ந்திடுவீர்.

நன்றி!

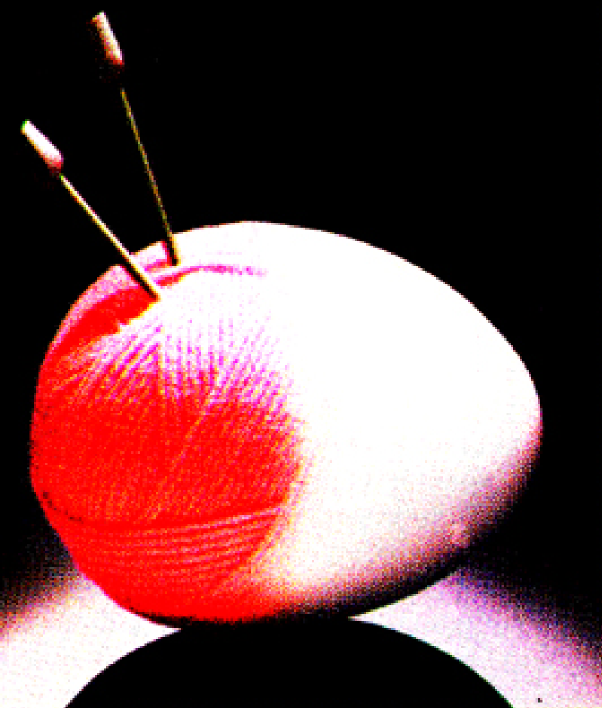
பீகாக் ஸில்க்ஸ் Draw your own Saree Design Contestஐ, மகத்தான வெற்றிக்கு உதவிய அனைவருக்கும் மற்றும் கலந்து கொண்ட போட்டியாளர்களுக்கும் எங்கள் இதயபூர்வமான நன்றி. இப்போட்டியில் வெற்றி பெற்ற அதிர்ஷ்டசாலிகள்.

First Prize: **N. Dhanashekaran,** Sivakasi.

Second Prize: **V. Meenakshi,** Madurai. *Third Prize:* **G. Ramakrishnan,** Coimbatore.

CONSOLATION PRIZES: **N. Pushpa,** Pondicherry, **G. Mogana,** Ooty, **I. Shameena,** Ramnad, **Nandhini Chandrashekar,** Erode, **Gnanam,** Thirupur, **Duraiswamy R.** Trichy. **V. Indira,** Madurai, **Shanthi Logu,** Coimbatore, **S. Kavitha,** Kumbagonam, **M. Dinesh,** Nagarkoil.

அன்னைக்கு ஏற்ற மிகச்சிறந்த பாப்பா உணவு.



ஆரோக்கியமாகவும், மகிழ்ச்சியாகவும் உள்ள அன்னையால்தான், ஆரோக்கியமான மகிழ்ச்சியான குழந்தையை உருவாக்க முடியும். ஆகையால்தான் கர்ப்பமாக உள்ளபோது நீங்கள் முட்டை உண்ண வேண்டியது அவசியமாகிறது.

முட்டையிலே செறிந்துள்ள உன்னத தரமுள்ள புரதச்சத்து உங்கள் குழந்தைக்கு மனோபலத்தையும், உடல்பலத்தையும் அளிக்கவல்லது. தவிர முட்டையிலே, நல்ல கண்பார்வைக்கு அவசியமான வைட்டமின் 'ஏ' நிறைந்துள்ளது. நல்ல ஜீரண சக்தியை



முட்டை குர்மா: இலவச வைட்டமின் வழிகாட்டி மற்றும் 30-க்கும் மேலான முட்டை சமையல் குறிப்புகள் அடங்கிய சிறு புத்தகத்திற்கும் எழுதவும்: NECC, அஞ்சல் பெட்டி எண் 833, புனே 411 004.

அளிக்கவல்ல வைட்டமின் 'பி' சத்துக்களின் அனைத்து வகைகளும் உள்ளன. வலுவான எலும்புகளுக்காக வைட்டமின் 'டி' உள்ளது.

ஆரோக்கியமான இரத்தத்திற்கென இரும்புச் சத்தும், நல்ல கருகருப்பைத் தரவல்ல ஃபாஸ்ஃபரஸும் உள்ளது.

அன்றாடம் ஒரு முட்டை அன்னையிடமிருந்து அருமைக் குழந்தைக்கு கிடைக்கும் விலையுயர்ந்த பரிசு.

நித்தம் ஒரு முட்டை.



நேஷனல் எக்
கோ-ஆர்டினேஷன் கமிட்டி

தலைவலி உங்கள் மண்டையைப் பிளக்கும்போது,

முக்கியமான வேலைகளை அலுவலகத்தில்

சரிவர செய்ய முடிவதில்லை.

தலைவலியை விரட்டுங்கள்
ஜண்டு பாம் தடவுங்கள்

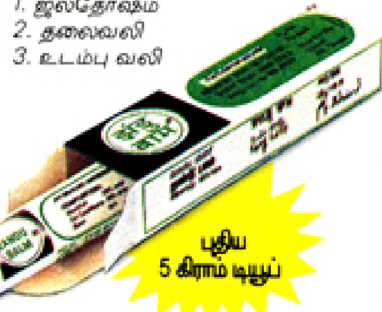
விரைவில் துடிப்புடன் விளங்குங்கள்.



ஜண்டு பாம் ஜண்டு பாம் வலியை நீக்கும் பாம்
ஜலதோஷம் தலைவலி நோவுகளையும்
நொடியில் நீக்கிடுமே

பாம் ஒன்று, செயல் மூன்று.

1. ஜலதோஷம்
2. தலைவலி
3. உடம்பு வலி



புதிய
5 கிராம் டியூப்

30, 10 கிராம் பேக்கிலே.

AP/ZB/524/94/TAM/H